MARINO NIOLA

NON TUTTO FA BRODO

il Mulino

VISIT…

Marino Niola

Non tutto fa brodo

© 2012 Società editrice il Mulino, Bologna.

http://www.mulino.it/ebook

ISBN 978-88-15-23837-5

il Mulino

Il pianeta gastronomico tra piacere e dovere, estetica e dietetica, gusto e disgusto. Tra poveri che cercano di mangiare e ricchi che cercano di non mangiare.

Se tutti gli uomini mangiano, ogni cultura mangia a modo suo. E fa della cucina la sua carta d'identità. Passioni, ossessioni, emozioni, tradizioni, trasformazioni, repulsioni, contraddizioni, contaminazioni. Tutto si dice attraverso il cibo. Dalla scoperta del fuoco all'invenzione della piastra a induzione, gli uomini si distinguono in base alle loro grammatiche alimentari. Cosa mangiare, cosa non mangiare, quanto, quando, come, perché, con chi. Tipi di cottura, successione delle portate, galatei culinari, tabù religiosi, digiuni e astinenze. Il libro esplora le regioni note e meno note di un pianeta gastronomico che cambia alla velocità della luce. E che oggi appare sempre più diviso tra piacere e dovere, estetica e dietetica, gusto e disgusto.

Marino Niola insegna Antropologia dei simboli e Miti e riti della gastronomia contemporanea all'Università Suor Orsola Benincasa di Napoli. Per il Mulino ha pubblicato "I Santi patroni" (2007) e "Si fa presto a dire cotto" (2009). È inoltre autore di "Don Giovanni o della seduzione" (L'ancora del Mediterraneo, 2006) e "Lévi–Strauss. Fuori di sé" (Quodlibet, 2008). È editorialista de "la Repubblica" e "L'espresso" e presidente della Città del gusto di Napoli.

Parte prima. Cibo, cultura e società

Italian food

L'olio di Pompei spremuto a freddo nel Maryland, il Parmesao cagliato nel Nordeste del Brasile, la Mozzarina di Montreal, il pecorino sardo di Timishoara, i Pachino importati da Pechino. Il Made in Italy alimentare vanta più tentativi d'imitazione della «Settimana Enigmistica». Con un giro d'affari di 56 miliardi di euro l'anno. E all'estero solo un prodotto su quattro è autenticamente tricolore.

Tutti vogliono l'Italian food, ma comprano soprattutto Italian sounding. Si chiama così quella denominazione di origine incontrollata che inonda il mercato di falsi dal nome

improbabile. Non italiano, ma all'italiana. Regianito, combozola, tinbonzola, pardano, gradano e persino un rinascimentale ed estetizzante parmigianino. Eppure queste clonazioni sono la prova inconfutabile che la nostra gastronomia ha conquistato il mondo con i suoi cibi simbolo.

A cominciare dal più imitato dei suoi miti, la pizza, bandiera planetaria dell'Italia da mangiare. È dalla fine del Settecento che questo capolavoro della cucina povera ha iniziato la sua irresistibile ascesa dai vicoli napoletani ai quattro angoli del globo. Parente alla lontana del nan indiano, della pita araba, della tortilla ispanica, la pizza ha stracciato tutte le concorrenti. È già famosa quando Alexandre Dumas visita Napoli nel 1835 e ne rimane conquistato. Da sofisticato gourmet, il padre di d'Artagnan coglie che dietro la sua apparente semplicità questo cibo nasconde un'estrema raffinatezza. Croccante fuori e morbida dentro, elastica e resistente, né troppo alta né troppo bassa, né umida né secca, né cruda né cotta. Una sorta di quadratura del cerchio culinario, una leccornia strutturalista degna di Claude Lévi–Strauss. Una coincidenza degli opposti che racchiude in pochi centimetri di pasta lievitata un intero capitolo della fisiologia del gusto. In realtà la madre di tutti gli street food ha letteralmente colonizzato l'immaginario alimentare del nostro tempo. Certo più si allontana dal suo luogo di nascita, più la pizza diventa un'approssimazione che spesso dell'originale conserva solo la parola. In Mongolia, nelle pizzerie di Ulaanbatar la fanno col montone e a Mumbai sulla pizza Bollywood piovono pollo, mandorle e curry. Ma al di là di tutte le nefandezze perpetrate in suo nome restano costanti le ragioni di una fortuna globale. In realtà la pizza è un hardware compatibile con i più diversi software gastronomici. Ed è proprio questa predisposizione al meticciato che la fa essere di casa a Nashville come a Tallinn, a Lagos come a Sydney.

L'autore de I tre moschettieri e di quell'affresco della gastronomia europea che è Il grande dizionario di cucina scritto nel 1870, è il primo a fare da testimonial a questo antico street food nel suo best seller Il Corricolo (1843). La pizza è ancora il cibo dei lazzaroni. All'olio, al lardo, al pomodoro, col formaggio o con il pesce azzurro.

L'Italia nascerà qualche decennio più tardi, esattamente il 17 marzo 1861, e la gastronomia nazionale comincerà a muovere i suoi primi passi, proprio come la nazione. Fino ad allora gli italiani erano stati diversi tanto a tavola quanto in politica. Uno straordinario patrimonio di differenze che ancora oggi si riflettono nel numero infinito delle cucine e delle tradizioni locali. Tante quanti sono i suoi campanili. E le sue parlate dialettali.

Come mostra l'esempio della pasta, l'altro grande logo del Made in Italy alimentare. Cibo povero per eccellenza, da mangiare addirittura con le mani, come faceva il popolo nell'Ottocento, ma anche morceau de roi come i timballi di gattopardiana memoria. O come i vermicelli che Gioacchino Rossini si faceva spedire a Parigi per sublimarli con tartufi e foie gras.

Oggi spaghetti, tagliatelle e lasagne stanno conquistando il mondo surfeggiando sull'onda vincente della dieta mediterranea. E la cottura al dente ha rivoluzionato la sintassi del gusto globale. Indicando una terza via tra il crudo e il cotto. Un'arte del compromesso tutta italiana. Che si sposa con la velocità della preparazione e con una trasformistica capacità di adattarsi ai sughi più diversi. Un piatto per tutte le stagioni. E reinventato in tutte le regioni. Questo totem del mangiare all'italiana, infatti, guardato più da vicino si moltiplica in una gamma infinita di variazioni locali. Gli spaghetti napoletani, i tortellini bolognesi, le orecchiette pugliesi, i tajarin piemontesi, i pici toscani, i bigoi veneti, le fettuccine romane, i chitarrini abruzzesi, la fregola sarda, gli anellini siciliani, i paccheri di

Gragnano, i pizzoccheri valtellinesi, le trenette genovesi, i campofilone marchigiani, gli stringozzi umbri, gli scialatielli amalfitani, le lagane calabresi e lucane, gli gnocchi alla sorrentina. Ogni formato un carattere, una cultura, una tradizione. E una parola da conoscere e da far conoscere. Se i würstel e il carré di maiale fanno unita la Germania da Amburgo fino a Monaco, se la bistecca con le immancabili frites, come diceva Roland Barthes, è la seconda bandiera della Francia, la pasta ha fatto più l'Italia che gli italiani.

Dall'iperlocale al superglobale. È questa la ricetta vincente dell'Italia da mangiare. I sapori delle piccole patrie che diventano icone di un gusto planetario affamato di segni ad alta definizione. Di tradizioni, di localismi, di tipicità. Ovvero di differenze che parlano di una storia millenaria. Come nel caso del Parmigiano, il formaggio più famoso del mondo. Oltre che uno dei più antichi. Tanto che Apicio, il Brillat–Savarin della Roma antica, nel suo monumentale De re coquinaria parla già del caseus parmensis. Ma è Giovanni Boccaccio nel Trecento a farne un simbolo dell'identità italiana che sta nascendo. Sul piano linguistico come su quello gastronomico. Nel Decameron il mitico paese di Bengodi, quello dove chi più dorme più guadagna, non è altro che una montagna di Parmigiano dalla quale piovono maccheroni. Così la gastronomia diventa utopia. Grammatica del piacere, sintassi del gusto. E la poetica della dolce vita c'è già tutta. La fama di questo monarca assoluto dei formaggi attraversa i secoli e le culture, potendo contare spesso su promoter d'eccezione. Come Molière che da vecchio preferiva il Parmigiano al più corroborante dei brodi. E come il dottor Livesey, uno dei protagonisti dell'Isola del tesoro di Robert Louis Stevenson, che portava sempre con sé nella sua tabacchiera come preziosa riserva di energia un pezzo di parmesan cheese. Di quello autentico naturalmente. Così anarchicamente unico che per descriverlo non bastano i quattro gusti fondamentali. Ce ne vuole un quinto, l'umani, quello che irrompe dal fondo della lingua come da un backstage per lanciarsi in un vertiginoso acuto di sapore.

In realtà il Made in Italy non è fatto solamente di monumenti collettivi, di tradizioni gloriose quanto anonime, sulle quali oggi i consorzi cercano di imporre il copyright per difenderle dalla pirateria alimentare. E dunque non solo culatello, prosciutto, mortadella, mozzarella. Ma anche gelato, espresso, cappuccino che non sono semplicemente sapore, ma anche innovazione e tecnologia. Macchine, idee e know–how indispensabili a produrre quel gusto che ha conquistato il mondo. Invenzioni che hanno spesso un autore con tanto di nome e cognome. Come Martini & Rossi, Motta, Cipriani, Cinzano, Barilla, Cirio. E, dulcis in fundo, Ferrero, il dolciere di Alba, che nel 1964 mondializza la gloriosa tradizione piemontese della gianduia creando la Nutella. Una categoria dello spirito contemporaneo. Figlia prediletta del pensiero debole. Un barattolo di consolazione alla portata di tutti. La fila dei vasetti di questo insostituibile prozac alla nocciola, venduti ogni anno, è lunga quarantamila chilometri. La circonferenza della terra misurata con il metro langarolo. E proprio in questo cortocircuito fra villaggio globale e globo dei villaggi sta la formula magica dell'Italian food.

Il carburante della storia

Il cibo è il vero carburante della storia. Per due semplici ragioni. Una naturale e una culturale. La prima, ovvia, è che l'uomo mangia per vivere. La seconda, assai più decisiva, è che vive per mangiare. Se a noi umani fosse sufficiente nutrirci e basta, non ci distingueremmo da tutti gli altri animali e con ogni probabilità saremmo rimasti all'età della pietra.

Invece, dalla scoperta del fuoco all'invenzione dell'agricoltura, le grandi rivoluzioni che hanno fatto l'umanità, i grandi tornanti dell'evoluzione di homo edens, sono tutte legate all'alimentazione. Dagli albori della civiltà, quando la terra aveva appena dieci milioni di abitanti – quelli che ha oggi la sola Londra – alle contraddizioni alimentari del mondo globale con i suoi sette miliardi di bocche da sfamare, dall'invenzione della ceramica a quella degli ogm.

Si può dire che la storia umana abbia inizio dalla madre di tutte le trasformazioni, la cottura, che segna il passaggio dalla natura alla cultura. Perché sottrae l'alimento alla sua naturalità nuda e cruda, per trasformarlo secondo quelle regole che costituiscono le grammatiche alimentari. Cosa mangiare, cosa non mangiare, quanto, quando, come, con chi. E ancora, tipi di cottura, successione delle portate, tabù religiosi, buone maniere a tavola, precetti dietetici. È quel che Seneca chiamava luxuria. Ovvero ciò che allontana l'uomo dall'animale trasformando la fame in appetito e la nutrizione in gusto. Piaceri che vanno molto al di là della semplice sopravvivenza, proprio come il piacere sessuale va al di là della semplice riproduzione. In entrambi i casi si tratta di uno slittamento dal necessario al superfluo, dalla funzione alla passione. E persino quando crediamo di mangiare nature, succhiando ostriche vive, piluccando sashimi, sbocconcellando sottilissimi carpacci, stiamo comunque trasformando la natura attraverso il taglio, le salse, gli aromi. O attraverso i rituali della preparazione e della presentazione. Il decalogo dell'haute cuisine vuole, non a caso, che la steak–tartare venga condita al tavolo davanti ai commensali. E civilizzata con sale, pepe, capperi, tuorlo d'uovo, erbe profumate. Una domesticazione post mortem che strappa l'animale alla natura in zona cesarini. Un po' come la frollatura della selvaggina.

E che la storia del cibo non sia solo una questione di fame, ma soprattutto di sfizio e a volte addirittura di vizio, lo dimostra in maniera inequivocabile l'esempio dello zucchero. Assente dalla nostra dieta fino al Cinquecento, oggi la polvere bianca è l'alimento più consumato al mondo, ancor più del pane. Emblema stesso del surplus voluttuario, in origine appannaggio dei signori o riservato al mangiare della festa, lo zucchero ha invaso le nostre tavole e insieme anche il nostro immaginario. Diventando il dolce algoritmo dell'opulenza. Nel bene e nel male. Al punto che se fino al dopoguerra un bicchiere di acqua zuccherata era una panacea per tutti i mali, oggi sulla zolletta si è abbattuto l'anatema dei diabetologi.

Insomma se il cibo è il linguaggio più universalmente umano, ogni cucina è lo specchio di una società. Ecco perché, dal tempo degli spiedi primitivi a quello delle piastre a induzione, le diverse culture si distinguono in base a ciò che mangiano. Come mostra la storia delle cucine mediterranee, inseparabile dalle vicende dei tre grandi monoteismi. Basti pensare al divieto di mangiare carne di maiale che accomuna ebrei e musulmani. O all'avversione kasher e halal per la carne al sangue. O ancora alla repulsione degli anglosassoni per quella di cavallo, un animale troppo vicino all'uomo per essere considerato commestibile. E all'antica avversione delle culture germaniche per i funghi, ritenuti cibo più adatto a mucche e renne. E se il mangiare ebraico e musulmano è tradizionalmente pieno di tabù, quello cristiano si caratterizza fin dalle origini per un atteggiamento onnivoro, ma temperato. Nessuno vi separi in base a quello che mangiate o a quello che bevete, dice san Paolo. È dunque la moderazione il vero precetto del cristianesimo a tavola.

Un atteggiamento che non ha mai smesso di influenzare il nostro rapporto col cibo. Al punto che oggi la regola del mangiare «di tutto un po'» viene intonata dai nutrizionisti

come un mantra laico. E l'ascetismo paolino riaffiora nella ricerca spasmodica del mangiar sano, del regime corretto, della leggerezza che redime. Ossessioni e problemi tipici di una società come la nostra, tanto appesantita dall'abbondanza da trasformare l'astinenza in un'etica e la magrezza in un segno di superiorità. È il paradosso di un mondo diviso tra poveri che cercano disperatamente di mangiare e ricchi che cercano disperatamente di non mangiare.

Insomma se è probabile che a fare la storia sia una mano invisibile, come diceva Adam Smith, è certo che la mano in questione impugna da sempre una forchetta.

La tavola del mito

Per mangiare da dio non basta nascere immortali. Il titolo di divinità si conquista a tavola. Lo dice chiaramente Omero che ci presenta gli abitanti dell'Olimpo come insaziabili gourmet a banchetto dall'alba al tramonto, alle prese con un interminabile menù degustazione a base di materie prime superesclusive. Addirittura indescrivibili. Come nettare e ambrosia, distillate dal corno di Amaltea, la capra che allattò Zeus. L'uomo che avesse mangiato queste delicatessen soprannaturali non avrebbe conosciuto né vecchiaia né morte. Proprio per questo l'astuto Ulisse, che vuole a tutti i costi godersi la sua pensione accanto a Penelope, quando a cena la seduttiva Calipso gli offre cibi da vita eterna, declina e ordina piatti fuori carta. Come pane, vino e grigliate. Perché sa bene che altrimenti a tavola non si invecchia.

Anche se i santi numi non disdegnano affatto di mescolarsi ai comuni mortali e di assaggiare specialità come focacce di grano, costolette di agnello, caciotte di capra, miele dei monti Iblei, annaffiando il tutto con vino di Samo, o con un corposissimo rosso di Sorrento passato in otre per venticinque anni.

A dire il vero anche il cibo umano è un grazioso dono degli dèi. A cominciare dagli ingredienti base della nostra dieta mediterranea, la famosa triade della longevità: grano, olio, vino. Il primo è un regalo di Cerere (da cui la parola cereale), l'extravergine è una magia di Atena, fondatrice della città simbolo della democrazia, mentre l'inebriante Dioniso porta fra gli uomini il fermento di vino.

Come dire che la dieta mediterranea nasce molto in alto. Il mito non fa altro che raccontare con parole alate quel che mangiamo ancora oggi. Attribuendo così alle nostre tipicità un marchio più indiscutibile di un dop, una denominazione di origine consacrata. Non a caso grano, olio e vino, insieme alla mela, all'agnello, all'alloro, al melograno conservano uno straordinario potere simbolico. Dal pomo di Paride alla Apple di Steve Jobs, passando per Biancaneve e Newton il passo è breve. Senza dire del capro espiatorio e dell'agnus dei. E l'alloro degli antichi poeti e dei moderni laureati, per noi indispensabile complemento di animelle, fegatini e interiora, veniva masticato e inalato dalla sacerdotessa di Delfi. Nonché da tutti quegli indovini che leggevano il futuro, guarda caso, proprio nelle viscere degli animali. Certe volte il cibo fa davvero stravedere.

Mentre il grano e il vino sono carne e sangue della divinità. Dagli antichi numi delle messi come Adone, il figlio di Venere che muore e risorge a primavera, a Dioniso il signore della vite e della vita, il cui nome significa colui che nasce due volte. Fino al dio cristiano che transustanzia il suo corpo in pane e vino nel mistero dell'ultima cena.

E, dulcis in fundo, il dessert degli dèi era a base di miele, mandorle, sesamo, ricotta e fiori d'arancio. A ciascuno il suo stampino. Mezzelune golose per Artemide, lire armoniose per

Apollo e tori focosi per Zeus. Dalla pasticceria mitica deriva dunque la nostra mitica pasticceria. Dalla cassata siciliana alle fave dei morti venete, dai suspiri sardi alla pastiera napoletana, dai croccanti toscani ai torroni piemontesi. Con buona pace degli immortali, gli allievi sono diventati più divini dei maestri.

Afrodisia

Se una bistecca placa l'appetito, il tartufo lo risveglia. È il paradosso del desiderio. Al cibo quotidiano chiediamo di renderci sazi, a quello afrodisiaco di renderci insaziabili. È questa difficile quadratura del cerchio dei piaceri a fare di crostacei, molluschi, cioccolato, spezie e champagne l'arma segreta dell'eros. E, comunque vadano le cose, il loro consolatorio succedaneo. Ne sanno qualcosa gli innamorati di tutto il mondo che il giorno di san Valentino sacrificano al patrono incontrastato dell'amore tonnellate di costosissimi afrodisia. Così li chiamavano i greci. Dal nome di Afrodite (Venere), la più bella dell'Olimpo. Nata dall'effervescenza del mare e raffigurata dentro una conchiglia. Come fa Botticelli che trasforma la dea della seduzione in un'allusiva ostrica soprannaturale.

E proprio da questo particolare mitologico i frutti di mare, i crostacei e i pesci traggono la loro fama di appetizer della sensualità. Anche se i nostri antenati non disdegnavano nemmeno gli stimolanti di terra. Quelli alla portata di tutti, come cipolle, uova e lardo. Ma ancor più le delicatessen rare e costose come i tartufi, lo struzzo, le cosce di rana e le pinne di pescecane. Per non dire di afrodisiaci dal gusto decisamente osé, come i taumaturgici testicoli del toro, i ragguardevoli attributi dell'asino, i proverbiali genitali del lupo. Nonché il poderoso corno del rinoceronte, venduto anche in polvere orosolubile. E non si creda che l'inequivocabile simbolismo virile di queste tipicità estreme escludesse i vegetariani dal banchetto della voluttà. Come dice Ovidio nell'Ars amatoria, questi potevano rifarsi con delle energizzanti insalate di rucola novella, che cresceva spontanea intorno alle statue di Priapo, il dio fallo. O con la mandragola, un evergreen dell'erotismo, presente già nella Bibbia e immortalata da Machiavelli.

Ma anche l'eccitantissimo caffè, la bevanda più amata dagli italiani, sarebbe in grado di far crescere la temperatura erotica. Una leggenda islamica racconta che Maometto, grazie a qualche sorsata di kawa bollente, riuscì a soddisfare quaranta donne in una notte. Roba da Guinness dei primati. A dispetto delle cifre però sono in molti a dubitare delle virtù amatorie dell'espresso. Mentre il cacao mette tutti d'accordo. Si dice che l'imperatore azteco Montezuma bevesse ogni giorno cinquanta tazze di densissimo xocoatl. Risultato, love not war. Ad approfittarne furono i Conquistadores che, come è noto, vinsero a mani basse.

In realtà la relazione fra cibo e sesso è antica quanto il mondo. Perché in entrambi i casi si tratta di appetiti vitali, di piaceri da consumare che si specchiano l'uno nell'altro. Fame e voglia, sfizio e vizio. Sono le convergenze parallele del desiderio. Quelle che trasformano l'esaltazione dello spirito in piacere della carne. Ma è tutta una questione di fantasia, non certo di farmacia. Gli alimenti viagra non esistono. Eppure molti ci credono, moltissimi ci sperano. E la maggior parte di noi non li disdegna. Perché al di là della chimica, sono il simbolo della passione, la pietra filosofale della misteriosa alchimia dell'amore.

Cibo senza

Senza grassi, senza zucchero, senza calorie, senza uova, senza latte. Oggi al nostro cibo chiediamo soprattutto di essere senza qualcosa. Non vogliamo niente di più della sua

naturalità nuda e cruda. Che è diventata il mantra della gastronomia di oggi. L'esatto contrario dei nostri genitori e della loro alimentazione da miracolo economico. Che era tutta un'addizione. Di proteine, di vitamine, di glutine, di sapori, di burri, di panne. «Bevete più latte» era il jingle di quell'opulenza. Che era dei corpi come dell'economia. Oggi il nostro refrain salutista è tutto in levare. Siamo ossessionati, chi più chi meno, da un ideale di purezza e di leggerezza. Che deriva, certo, da un'educazione alimentare sempre più diffusa. Ma c'è anche dell'altro. Questa attenzione quasi maniacale a tutto quel che mangiamo fa del nostro modo di nutrirci la spia di un'insicurezza a trecentosessanta gradi, che noi proiettiamo sul cibo. Facendo del controllo sugli alimenti il succedaneo consolatorio del controllo su una realtà che ci sfugge da ogni parte. Come se riconoscere ed eliminare uno per uno tutti i pericoli, reali o immaginari, che si annidano in quel che mettiamo dentro di noi, ci desse l'illusione di riconoscere ed eliminare tutti i pericoli che si annidano fuori di noi. Il risultato è un misto di ascetismo e autodisciplina, etica e dietetica. Esercizi spirituali per guadagnare salute e salvezza.

Umiliati e obesi

Provate a sedervi al Café du Monde, nel cuore creolo di New Orleans. Vedrete la più sensazionale sfilata di obesi del pianeta. Una folla pachidermica di uomini e donne con gli occhi inghiottiti dall'adipe, doppi menti iperbolici, pance tracimanti. Queste carni tremule sono l'ologramma del grasso contemporaneo. La versione a stelle e strisce di una vera e propria epidemia che sta facendo aumentare inesorabilmente la taglia del mondo. E va sotto il nome di globesità. Così la chiama Sander L. Gilman, professore di Liberal Arts and Sciences all'Università di Atlanta, autore di una Strana storia dell'obesità.

Questi over size sono i paria del villaggio globale. Prima presi per la gola dal mercato planetario del junk food, di cui sono gli insaziabili finanziatori. E poi stigmatizzati da un sistema che li addita alla pubblica condanna come onnivori compulsivi, parassiti improduttivi, soggetti senza volontà, bombe a tempo per il sistema sanitario, insostenibile sovrappeso per il welfare. Come dire umiliati e obesi. E anche puniti. Tanto è vero che guadagnano mediamente il diciotto per cento in meno dei normopeso. Lo dimostra, cifre alla mano, una recentissima ricerca svedese.

Nella società dell'efficienza, della velocità e della leggerezza non c'è posto per le taglie forti. La religione del fitness comporta la scomunica della fatness.

Ma in realtà la criminalizzazione della pinguedine non comincia certo oggi. Si può dire che sia antica quanto l'uomo. A fare la differenza però sono i pesi e le misure che in tempi e luoghi diversi fissano la soglia della normalità. Facendo del corpo l'indicatore variabile del rapporto tra individuo e collettività. È vero insomma che ogni società disapprova la dismisura. Ma è pur vero che la dismisura non ha una taglia fissa.

Se nell'Europa medievale il grasso è segno di ricchezza, prestigio, potere e spesso anche di bellezza, al di sopra di un certo limite cambia di segno. E diventa sintomo di avidità, di intemperanza, di gola. Un vizio capitale che porta dritto dritto all'inferno. È in quel contesto religioso che nasce lo stereotipo dell'ebreo obeso, erede diretto del ricco Epulone evangelico. Un pregiudizio che viene rispolverato dall'antisemitismo otto–novecentesco che lo trasforma nella metafora politica del giudeo parassita, che ingrassa a spese della società. Ma generalmente nel mondo premoderno ad essere sotto accusa non è la grassezza in sé e per sé, quanto gli appetiti smodati di cui è la prova tangibile. Non ragioni estetiche ma etiche, non ragioni fisiologiche ma ideologiche. Perché ad essere in questione non è la

salute del corpo ma la salvezza dell'anima.

La grande svolta avviene con la rivoluzione industriale e con la secolarizzazione. Allora il sovrappeso smette di essere un marchio etnico, razziale, morale, per diventare sempre di più un carattere individuale, un segno particolare della persona e non di un gruppo. Oggetto di studio e di cura. Nasce così l'idea che il peso esteriore abbia un contrappeso interiore che è necessario mettere a nudo. E l'obesità da peccato diventa malattia. Da allora la psicologia prende in mano la questione. Insieme alle scienze naturali e antropometriche, che danno alla normalità pesi, forme e volumi sempre più esatti. E contemporaneamente anche la lingua crea neologismi per definire in maniera sempre più dettagliata quegli stati intermedi tra grasso e magro che prima non avevano nome. Diminutivi e accrescitivi, come grassottello, rotondetto, in carne, corpulento, paffuto, ciccione, falsomagro che sono di fatto parole pesapersona, giudizi calibranti.

Oggi ci sembra scontato sapere quanti chili siamo, ma fino ai primi del Novecento quasi nessuno montava sulla bilancia. Insomma l'obesità è passata dal mondo del pressappoco all'universo della precisione. Fino a inventare un parametro come l'Imc, ovvero l'indice di massa corporea. Che prende le misure alla nostra vita, oltre che al girovita. Così il peso forma diventa l'algoritmo di una normalizzazione che modella il corpo e formatta l'anima. Facendo del grasso il grande nemico, l'angelo dell'apocalisse over size. E degli obesi tanti ultracorpi. Da sorvegliare e punire.

Dieta mediterranea

Se la crisi mette a dieta l'Occidente, che sia almeno quella mediterranea. Si spiega anche così la fortuna dilagante delle cucine del Sud. Snobbate al tempo del miracolo economico perché retaggio di povertà, calorica ed economica. Rivalutate oggi perché simbolo alimentare di quella decrescita felice che, secondo studiosi come Serge Latouche e Alain Caillé, è la sola ricetta in grado di riparare i danni prodotti dalla bulimia consumistica. Da quell'opulenza spalmata come burro sulla vita del cittadino globale che ha finito per ostruire le coronarie del primo mondo. Appesantito dall'accumulo delle scorie del benessere, da un eccesso di residui non più metabolizzabili. Proprio come le montagne di rifiuti che assediano le nostre città.

È come se la salute del nostro corpo fosse diventata la cartina di tornasole della salute del pianeta. E viceversa. Ecco perché abolire il troppo e il vano dai nostri piatti, ritornando per quanto è possibile, alle sane abitudini di un tempo, riflette un rapporto rinnovato con i nostri bisogni e desideri. Ma anche una nuova responsabilità verso la natura e le specie viventi. Così la dieta torna ad assumere il suo significato originario che è quello di forma di vita. Diaita per i greci significava proprio regola di vita. E l'antica sobrietà di olio, pane e vino, elementi sacri della civiltà mediterranea, diventa il simbolo di una moderna abbondanza frugale. E quel che sembra un ritorno al passato si fa annuncio di futuro.

Cucina estrema

Con lo spiedino di coccodrillo e la tartara di zebù la cucina si trasferisce allo zoo.

L'esotismo spinto sembra essere l'ultima frontiera della ristorazione globish, sempre alla ricerca di nuove esperienze sensoriali. Spesso da brivido, e non necessariamente di piacere. Così il fassone lascia il posto al pitone, il pollo ruspante al leone rampante, il coniglio in padella al canguro in pastella. I menù dei ristoranti più trendy del pianeta

assomigliano ormai a un manuale di zoologia fantastica degno dell'immaginazione surrealista di Jorge Luis Borges.

Come se il cibo fosse ormai l'ultimo rifugio della differenza in un mondo sempre più omologato, livellato, appiattito sugli usi, costumi e consumi dell'Occidente. Viviamo in un pianeta sempre più stretto e comunicante, dove il turismo di massa ha violato anche l'inviolabile.

Forse proprio per questo siamo alla ricerca di nuovi mondi da esplorare. E per farlo usiamo la forchetta come bussola e le guide gastronomiche come mappe per scoprire cosa bolle nella pentola degli altri. Più un piatto è lontano dai nostri gusti, dalle nostre abitudini e tradizioni, più ci sembra che valga un viaggio. Ancorché immaginario.

È la versione culinaria della spedizione antropologica, la scoperta dell'altro che diventa safari gastronomico alla Anthony Bourdain. Basta un flan di tartaruga, un chutney di iguana, una tempura di alligatore. E invece di dire Buon appetito, gridare Banzai!

Cibo e format

La cucina dilaga sul piccolo schermo. E diventa lo specchio delle nostre trasformazioni. I nuovi palinsesti confermano che il format gastronomico è assolutamente vincente. Sembra che in tv non si faccia altro che spignattare, spadellare, scodellare, marinare, grigliare, sobbollire, farcire. La televisione si è trasformata in una continua prova del cuoco. Rigorosamente unisex. Con le due metà del cielo che si contendono i fornelli e si sfidano a colpi di paccheri e di risotti al salto, di riduzioni al balsamico e di cotture a bassa temperatura. Così la tv riflette quel che accade nella vita reale. Che ha trasformato il cibo in una sorta di pensiero dominante. Il grande codice che rivela chi siamo, ciò che vogliamo essere, quel che stiamo diventando. Passione e ossessione, sfizio e vizio, politica e cultura. Tutto passa per la cucina. Che si trasforma in un laboratorio sociale dove si sperimentano ricette di futuro.

Far da mangiare diventa così un gesto transizionale, come la coperta di Linus. Un gioco di società per adulti. Un modo per ridurre la complessità sfuggente della realtà a una dimensione gestibile. Controllando ciò che mettiamo a tavola abbiamo insomma l'illusione di controllare anche il resto. Tagliare, affettare, battere, sciogliere, fondere sono altrettanti gesti rassicurativi che fanno delle nostre pentole dei paioli magici. E del cibo l'antidoto contro i fantasmi della crisi.

Dal focolare al microonde

Dal focolare al microonde. Dalla cucina casalinga all'alimentazione fai da te. È il passaggio epocale che nel giro di pochi decenni ha cambiato la forma delle nostre case e quella delle nostre famiglie, il nostro modo di mangiare e di vivere insieme. Se è vero che il cibo è lo specchio più fedele di una società e della sua storia, il declino della cucina di mamma riflette la polverizzazione dei legami e delle abitudini familiari. Che hanno sempre avuto nella preparazione e nella condivisione del cibo la loro consacrazione simbolica.

Ormai la gastronomia europea, in casa e fuori, non parla più nella lingua materna e non è necessariamente femminile. Il che non è solo un male. Era forse il prezzo necessario di un'emancipazione che ha alleggerito donne e uomini. In nome di una praticità, di una velocità e di una sacrosanta redistribuzione dei ruoli e dei compiti, che però hanno fatto fuori i tempi lunghi della tradizione. Oggi siamo liberi dal passato, ma costretti a inventare

il presente a tavola e non solo. Se una volta ogni nonna era un ricettario vivente, pronto a dispensare insegnamenti e a tramandare le alchimie segrete dei piatti di famiglia, oggi quei preziosi fogli volanti sono stati dispersi dal vento della modernizzazione. Con il risultato che in famiglia si mangia sempre peggio e in fretta. E cucinare è considerato dai più una perdita di tempo. Così quel patrimonio secolare di manualità fini e di sapori sopraffini è diventato un luogo della memoria, una fabbrica di intermittenze del cuore. Che ciascuno cerca di recuperare a modo suo, come si fa con gli usi e costumi in via di estinzione, rimettendone insieme i frammenti. Ma è una ricostruzione da tavolino più che da tavola, figlia dell'individualismo di massa contemporaneo. Perché se altri grandi patrimoni tradizionali, come la musica popolare, hanno avuto il loro bravo revival folk, con tanto di megaraduni e di notti della taranta, alla nostra cucina casalinga manca ancora un revival food.

Niente più riti gastronomici familiari e comunitari, dunque, ma nuove liturgie sensoriali che hanno per protagonisti schiere di single e di separati in casa. Palati avvezzi a ogni sottigliezza. Frequentatori di restò e bistrò, esperti di presidi e delicatessen, patiti di barrique e bollicine, degustatori di crudità e tipicità. È quel che resta della tradizione al tempo della monoporzione.

Brunch

Sono i nuovi cerimoniali della gola pop. Il brunch e l'happy hour, più che a un vero e proprio pasto fanno pensare ad una messa in scena della socialità, a un intrattenimento glamour. A base di coloratissimi amuse bouche, minuscole sculture alimentari, stuzzichini raffinatissimi, cucchiai nati dalla fantasia dello chef. Gli antichi spuncioni dei bàccari veneziani, i piattini lillipuziani degli aperitivi genovesi, il tagliere di salumi del parmense, i panini con la milza di Palermo, le pastelle delle infinite friggitorie del Belpaese hanno subito un restyling alla Andy Warhol. Niente più cibi da nature morte, ma installazioni in formato glocal. È la spia di una mutazione estetica e sensoriale. Ma anche antropologica. Se è vero, come diceva il filosofo Ludwig Feuerbach, che l'uomo è ciò che mangia, il brunch, nato dall'unione di breakfast e lunch, non è semplicemente un nuovo rito sociale. È un nuovo modo di essere. Più di una colazione e meno di un pranzo. È l'emblema della mutazione alimentare del cittadino globale. L'origine della parola dice molto, ma non spiega tutto. Perché il brunch non è una semplice addizione di termini e di consuetudini gastronomiche, ma un'inedita misura del tempo libero. Che finisce per produrre una riforma del calendario delle nostre giornate. Introducendo cadenze e liturgie sociali che incarnano lo spirito del presente. Mobile, flessibile, liquido, interinale, ma anche libero. Libero di inventare tradizioni fusion, di creare cerimoniali del vivere insieme fatti con pezzi di passato e scampoli di futuro.

Il brunch diventa così la colazione–pranzo della domenica contemporanea. Un rituale che accomuna le tipologie sociali emergenti. Facendo affiorare usi e costumi del villaggio globale. Ciascuno ci trova quello che cerca. I single, quelli di andata e quelli di ritorno, uno spazio di relazione e un'occasione di incontro sottratti alla pesantezza necessitante e qualche volta un po' ricattatoria dei pranzi familiari tradizionali. Le famiglie allargate il luogo dove coniugare le trasformazioni che stanno cambiando radicalmente la geografia della coppia con il bisogno di una cornice familiare serena, o rasserenata. Il popolo della notte, che da sempre confonde colazione e pranzo, finalmente riesce a fare in un sol colpo l'una e l'altro. I militanti dell'organic generation, quella che ama vivere bio e slow, che va in campagna a cercare l'Arcadia del buono, giusto e pulito.

Fratello gemello del low cost e del last minute, il rito del brunch funziona come un acceleratore di particelle comunitarie liberando nuove energie. Un teatro della socialità che non ha necessariamente una scena, un pubblico e un copione tradizionali. Perché nel brunch si recita a soggetto e soprattutto si fa continua sperimentazione, umana e gastronomica. Ruoli individuali, ordini alimentari, associazioni di sapori, tutto è reinterpretato ed esplorato in libertà, fuori dagli schemi. E perfino il luogo della rappresentazione – casa o caffè che sia – assomiglia ad una scena mobile, allestita per l'occasione. Un'autentica scaena versatilis, immaginata da un Vitruvio postmoderno, che riflette il cambiamento che avviene sotto i nostri occhi e con la nostra partecipazione. Dove a fare da primattore è l'individualismo di massa contemporaneo costretto a improvvisare nuove categorie del gusto e della socialità. E perfino della quantità. In questo senso il brunch è un nuovo capitolo della fisiologia del gusto globish.

È un mangiare curioso, ondivago, libero. Un continuo piluccare, sbocconcellare, assaggiare, provare. E soprattutto cambiare. Un instancabile zapping alimentare.

Anche la presentazione dei cibi non obbedisce alla successione tradizionale, che nella cucina italiana è talmente imperativa da diventare un decalogo. Antipasto, primo, secondo, contorno, frutta, dolce. Nel brunch dolce e salato, bibite e caffè arrivano insieme, con una simultaneità orizzontale da mosaico televisivo, da labirinto alimentare, da ipertesto gastronomico. Senza la profondità verticale del prima e del poi. Insomma, tutto il contrario della gradualità gustativa e della progressione narrativa di un pranzo vecchia maniera, con il suo svolgimento romanzesco. Non a caso Il pranzo di Babette non può che avere il tempo del romanzo. E la Grande abbuffata non poteva che avere il passo sequenziale del film. Perché racconta la storia della degenerazione ultimativa di un mondo, un'apocalisse gastronomica, ma resta pur sempre una storia. Il brunch invece è un multitasking. Non è fatto di portate successive ma consiste in un ventaglio di tweet alimentari. E così per piccoli frammenti, ciascuno si crea un racconto individuale, un'autobiografia del piacere, una clip del benessere. Il pranzo della domenica tradizionale riconduceva tutti entro una stessa cornice familiare, e ogni settimana ne metteva in scena la memoria, facendo della cucina materna la ricapitolazione rituale dei diritti e dei doveri della communitas. Mentre il brunch è un insieme di piccoli racconti, da scrittori esordienti, di immagini in cerca di regia, di pratiche in attesa di teoria. Più community che comunità dunque.

Non più breakfast, non ancora lunch. Il brunch è insomma la transizione fatta cibo. Sul piano materiale come su quello simbolico. Se per un verso è la colazione che tracima sul pranzo i suoi tempi, i suoi alimenti, i suoi comportamenti, per l'altro verso è molto di più di un modo inedito di stare a tavola. È una nuova cerimonia festiva sincretica e multiculturale che rimescola tempi e sapori, persone e abitudini. Ed è una metafora del nostro presente in rapida trasformazione, un simbolo anticipatore del nostro futuro. A farne un rito d'oggi è proprio la sua capacità di dirci qualcosa di profondo su noi stessi, di mostrarci con estrema lungimiranza ciò che stiamo per diventare anche se ancora non lo sappiamo con precisione.

Del resto l'origine stessa del brunch rivela la sua filosofia altamente negoziale e squisitamente liberal. È la New York degli anni Settanta, libera, vitale e sperimentale a inventare questa sorta di happening alimentare per conciliare i ritmi di chi vuol fare colazione tardi con quelli di chi vuol pranzare presto. Dilatare gli spazi di libertà, è questa la ragione profonda del brunch che diventa ben presto uno stile di vita easy. Ma anche light. Con un cambio di ritmo che aiuta a sorvolare sulle preoccupazioni, comprese quelle

del pranzo domenicale. Introducendo, per esempio, una democratizzazione dei compiti e degli oneri legati alla preparazione del cibo. La stuzzicante promiscuità umana e gastronomica del brunch diventa così il simbolo di un'informalità spensierata che esonera dalle associazioni obbligate dei menù tradizionali, dai tempi coatti delle lunghe preparazioni. Le sue combinazioni easy going abbattono le tradizionali divisioni di genere liberando le donne dall'oneroso ruolo di regine dei fornelli.

Insomma il brunch è una pausa in grado di offrire cibo, convivialità e buon umore. Il suo non è un tempo prescritto, è letteralmente un lasso di tempo, cioè uno scivolamento, una souplesse. Espressione di una mobilità sociale che riscrive le mappe temporali, ristilizza i nostri rituali domenicali, da quelli alimentari a quelli familiari e perfino a quelli calcistici. Riflettendo un andamento temporale a velocità diseguale e ad assetto variabile. Sospeso tra anticipi e posticipi. Libero, modulare, flessibile. Sono i caratteri che fanno della colazione–pranzo l'ologramma del presente in cerca di se stesso.

Happy hour

È più di un aperitivo e meno di una cena. Ma occupa il tempo dell'uno e dell'altra insieme. L'happy hour è il nuovo timer delle ore liete. Un orologio postmoderno che segna intervalli liquidi, qualità temporali diverse e non quantità uguali. Una meridiana pop che allunga le giornate del cittadino globale e trasforma l'ora che volge al desio in un tramonto rosso spritz.

L'aperitivo lungo è un rito che, oltre a far nascere nuovi usi e consumi, sta producendo nuove categorie del pensiero, come quella di lounge, che significa un po' tutto, dal salotto a un tipo di musica, dal perdere tempo al rilassarsi. Un vero ausiliare della grammatica cool.

Quelli della movida, che da sempre confondono i tempi e le ore, ne fanno una piattaforma euforizzante da cui lanciarsi a capofitto nella notte. L'umanità I–life, galassia di androidi iperconnessi, il suo cosmopolitan lo beve straniata, quasi in second life. E nella leggerezza incorporea delle antenne tecnologiche trova la quadratura del cerchio tra comunicazione e partecipazione, tra relazione face to face e contatto face to facebook. E persino le giovani coppie trasformano lo street bar in un'oasi esonerante dove riassaporare un vivere easy e spensierato, quasi una forma di sospensione extraterritoriale delle responsabilità. Gli ex ventenni che una volta bevevano bianchetto, birretta e prosecchino adesso tengono famiglia. A volte più d'una. Ma non per questo intendono tirare i remi in barca. Così si danno al mojito con pargoli al seguito. Al punto che molti bar hanno adottato i tavolinetti bassi, più Ikea che Montessori, per tenere impegnati i pupi con colori e giocattoli. E allettarli con salatini, pizzette e patatine che barattano il silenzio assenso infantile con una licenza di uccidere alimentare. Genitori performanti e bambini concilianti. Forever young gli uni, forever junk gli altri.

Insomma, il motivo è sempre lo stesso. Unificare funzioni, ottimizzare tempi, ridurre all'essenziale le formalità. E, quel che più conta, produrre il massimo delle relazioni nel minimo del tempo e, possibilmente, del denaro. Sei già dentro l'happy hour, vivere costa la metà, parola di Ligabue. E l'illusione del lusso democratico per qualche ora diventa realtà. Sia pure in una sorta di multiproprietà. Tra divani avvolgenti, lampade vintage e cristalli design. In questi salotti a cielo aperto, il rito dell'ora felice, figliol prodigo del low cost e del last minute, funziona come un acceleratore di particelle relazionali in grado di liberare energie inaspettate. Uno shaker sociale che agita fiumi di adrenalina a prezzi

stracciati.

A metà tra contemplazione narcisistica ed esaltazione dionisiaca, l'aperitivo col sorriso diventa un teatro sociale dell'ebbrezza, un baccanale metropolitano officiato da barman più mitici di Ebe e Ganimede. Con tanto di adoni griffati, ninfe seducenti, muse inquietanti, fate intriganti. E dj coribanti. Dove a fare da mattatore è l'individualismo di massa contemporaneo che riscrive le sue categorie del gusto, le sue mitologie della socialità. E perfino le norme dell'etichetta. In questo senso l'happy hour è il vespro della regola globale, la giusta ricompensa dell'ora et labora quotidiano.

Cerimoniale squisitamente postmoderno, l'aperitivo che sazia è insomma la transizione in un bicchiere, anzi due al prezzo di uno. Ma per l'altro verso è molto più di un modo nuovo di vivere il bar. È una cerimonia sociale sincretica che rimescola tempi e sapori, persone e abitudini, mode e modi. Del resto l'origine stessa dell'ora felice, o meglio allegrotta, riflette la sua filosofia fusion. Il termine, nato negli anni Venti per indicare l'ora d'intrattenimento concessa ai marine imbarcati, entra nel linguaggio comune all'inizio dei Sessanta dopo un articolo del «Saturday Evening Post» dedicato alla vita militare. Il resto lo fa l'atmosfera effervescente e libertaria di quegli anni. Così il tradizionale cocktail prima di cena cambia nome e forma diventando drink a costi ribassati per conciliare i ritmi di chi vuol prendere l'aperitivo tardi con quelli di chi vuol cenare presto. E soprattutto per riempire bar e pub dopo il lavoro. Come nella Londra dei Beatles e di Mary Quant. È però solo negli anni Ottanta che negli Usa e in Gran Bretagna nasce l'uso di accompagnare il drink con stuzzichini di ogni tipo per prolungare l'hour e al tempo stesso ridurre l'happiness, leggi ebbrezza. Insomma il salatino come misura antipalloncino. La profonda mutazione antropologica di quegli anni produce dunque nuovi miti e nuovi riti del bere e del mangiare in compagnia.

Tempi e abitudini che innovano anche gli spazi sociali. Locali come gli street bar sono in questo senso la proiezione architettonica delle odierne antropologie del tempo libero. Soglie porose, senza più confine tra interno ed esterno, tra pubblico e privato, tra lusso esclusivo e consumo democratico. Al punto che molti locali lounge istituzionalizzano questa divisione tra spazi personalizzati e area social.

E così il rito dell'happy hour esce all'aperto e diventa paesaggio urbano. La trasformazione del tempo in denaro passa da sempre attraverso la creazione di forme spaziali. Dai fori e dalle agorà del mondo antico alle piazze dei Comuni fino ai passages e alle terrasses dei caffè che nella Parigi del XIX secolo diventano i templi di un capitalismo che ha fretta, ma non rinuncia a vedere e farsi vedere. In questo senso gli street bar sono i passages e le terrasses del nostro tempo, acceleratori di economia e società. Nuovi spazi pubblici che nascono in contropiede rispetto all'implosione domestica, al ripiegamento nel privato che caratterizzano la modernità liquida. Se la strada diventa un bar diffuso si crea di fatto un sito collettivo inatteso. Virtuale senza essere immateriale, un'area open source, che favorisce l'interconnessione tra le umanità a banda larga, una rete in carne ed ossa gettata nella polis. In questo modo internet esce dallo schermo e diventa forma di vita. E il link diventa drink.

Un impero di vino

C'è una cosa che gli italiani non sanno e che i francesi non vogliono sapere. Che a fare la gloria dei grandi vini d'oltralpe sono stati i romani. Con buona pace dei druidi e di Asterix. Lo dicono Giovanni Negri ed Elisabetta Petrini, autori di Roma caput vini. La

sorprendente scoperta che cambia il mondo del vino. Gli autori, sulla scorta di uno screening genetico di tutta la viticoltura europea, riscrivono la storia del vecchio mondo in chiave enologica. Dando a Cesare quel che è di Cesare. Se è vero, infatti, che i greci sono stati i primi esportatori di grandi crus, come il leggendario rosso di Chios, è solo con l'avanzata delle legioni capitoline che la vite è arrivata ai quattro angoli del globo. E il vino è diventato un consumo di massa, una bevanda per tutti.

Grazie a una pensata geniale di Marco Aurelio Probo, imperatore tra il 276 e il 282 d.C., che in soli sei anni ha ridisegnato la geografia enogastronomica del mondo antico e posto le basi di quella moderna. Trasformando i suoi legionari in vignaioli con il compito di piantare viti in tutti i territori conquistati. Allo scopo di produrre in loco il vino per le truppe tagliando drasticamente i costi del trasporto. In questo modo la Pannonia, l'Illiria, la Dalmazia, la Gallia, l'Iberia diventano altrettanti chateaux, tutti al servizio dell'imperatore. Che si può considerare il primo grande propriétaire récoltant della storia.

E che tutte le grandi bottiglie del vecchio continente, dalla Borgogna alla Mosella, dal Bordolese al Reno discendano dai gloriosi tralci quiriti lo confermano i loro nomi. Che, a fronte di appellations apparentemente autoctone, rivelano una discendenza che più latina non si può. A cominciare dall'etichetta più prestigiosa del mondo, quella Romanée Conti che prende l'appellativo dal fazzoletto di terra che i borgognoni chiamarono romana per mostrarsi grati all'imperatore Probo. E l'aristocraticissimo Mersault non è altro che il muris saltus, letteralmente salto del topo. Mentre lo Champagne deriva dalla parola campus, la stessa da cui viene Campania. Che fu la terra del Falerno, del Cecubo e del Surrentinum, le etichette più esclusive dell'antichità. Insieme alla falanghina che era il vino di pronta beva per le falangi, come dice la parola stessa. Una sorta di razione kappa per tenere alto l'umore della truppa.

Tanti doc per una sola origine. L'infinita fantasmagoria di colori, odori, sapori della tavolozza enologica contemporanea insomma discende quasi esclusivamente da uno stesso ceppo. Che i romani chiamano semplicemente nostrum, come dire nostrano. E che nel Medioevo diventerà Heunisch, che in tedesco vuol dire la stessa cosa. Una specie di Adamo dei grappoli che troverà la sua Eva nel Frankisch, che significa semplicemente «altro, forestiero». Dal matrimonio nascerà il 75 per cento dei vitigni europei, dallo Chardonnay al Pinot, dal Traminer al Sauvignon, dalla Schiava al Nebbiolo di Dronero. Figli ma anche figliastri. Che spesso hanno altrettanta fortuna degli eredi legittimi. Un esempio per tutti, il Chianti così detto dal gentilizio etrusco Clanti, letteralmente figliastro.

Mettendo insieme storia e genetica, gli autori ricostruiscono l'intero albero genealogico del nettare di Bacco. Ma anche le ragioni sociali della sua irresistibile ascesa. Che ne fa la bevanda simbolo dell'imperialismo romano. Esattamente come la Coca–Cola lo è di quello americano. E proprio nella distanza tra il succo della vite e la bibita alla cola si misura la distanza tra l'impero di ieri e quello di oggi. Fra Roma e New York. Fra Manhattan e i Fori. Fra i lupanari di Pompei e le slot di Las Vegas. Fra Dioniso e Babbo Natale. Fra fornicatio e Californication. Insomma tra una civiltà dove le bollicine sono l'effetto di un fermento divino e un'altra dove è solo questione di bicarbonato.

Slow Food

Dalla tartaruga di Zenone alla chiocciola di Slow Food. E il cibo diventa cultura con la C maiuscola. All'esame di maturità 2011 la traccia per il tema d'italiano più scelta dagli studenti, quella socioeconomica, metteva insieme Ludwig Feuerbach e Carlo Petrini. Se il

primo ha il merito di aver inventato il celebre mantra «siamo quello che mangiamo», il guru di Terra Madre ha fatto del cibo–pensiero uno dei nuovi capitoli della riflessione contemporanea. Che considera il destino dell'uomo e quello del pianeta come due facce della stessa medaglia. E le ragioni del corpo non meno nobili di quelle dello spirito.

Così la scuola registra fedelmente il cambiamento epocale che sta avvenendo sotto i nostri occhi. E che assegna all'umanesimo nuovi significati e nuovi compiti. È il tramonto di una concezione polverosamente letteraria della cultura e dell'insegnamento. Mentre al contrario si impone il decalogo del buono, giusto e pulito che è diventato l'imperativo categorico dei cosiddetti foodies. Che non sono dei semplici ghiottoni, ma una vera e propria avanguardia culturale, composta dal dieci per cento degli italiani, in grado di intercettare le grandi domande del presente. La qualità della vita, la salvaguardia dell'ambiente, il biologico, la tutela delle biodiversità, lo sviluppo sostenibile, il consumo responsabile, la solidarietà sociale. Questioni da filosofi presocratici su cui si misura la nostra maturità di cittadini globali.

Sono i paradossi della storia, quelli che fanno dell'andamento lento un manifesto contro la velocità fine a se stessa. Dalla tartaruga che mantiene ad oltranza il suo vantaggio sulle falcate di Achille alla chiocciola che inesorabilmente guadagna terreno sullo strapotere del fast food.

Chi va piano, insomma, va sano e va lontano. In filosofia come a tavola. È proprio la rimessa in discussione del format, da molti considerato indiscutibile, dello sviluppo lineare, della corsa à bout de souffle, alla base dell'irresistibile ascesa del movimento fondato da Carlo Petrini. Ascesa che inizia negli anni Ottanta, quelli di Chernobyl e dello scandalo del vino al metanolo, quando si recitava il de profundis per la scomparsa dei sapori d'antan. E tutti sembravano rassegnati a subire ogni capriccio della modernità in nome della necessità del cambiamento. In quel contesto di globalizzazione incipiente e di mcdonaldizzazione trionfante, un'avanguardia di bastian contrari decide di remare contro l'onda yuppie e il cibo spazzatura, in nome del gusto italiano e del mangiare genuino. A difesa delle biodiversità alimentari, dei saperi tradizionali e delle cucine locali. E le Langhe di Cesare Pavese e di Beppe Fenoglio diventano il luogo simbolo di una nuova resistenza. È il triangolo Bra, Alba, Barolo il quartier generale del nuovo movimento. Che fa entrare il piacere nella sfera dei diritti predicando un epicureismo ben temperato. Lontana anni luce dalla superficialità patinata dell'edonismo reaganiano, la filosofia di Petrini e company valorizza il passo lungo delle economie di piccola scala sopraffatte dalla tempestosa irruenza del mercato globale.

In realtà quella che all'inizio poteva sembrare una confraternita di ghiottoni, nostalgici e goliardici, si rivela col tempo un'avanguardia in grado di intercettare domande lasciate senza risposta dalla politica tradizionale. Temi a metà fra il personale e il politico, come il tempo libero, la qualità della vita, la salvaguardia dell'ambiente, il biologico, lo sviluppo sostenibile e i nuovi stili di vita.

Il Manifesto di Slow Food, redatto nel 1987 da Folco Portinari, fa del piacere il mattone di un nuovo modello culturale che trasforma il vivere slow in un obiettivo militante.

È questa capacità di interpretare sogni e bisogni del presente a spiegare il successo trasversale e globale dell'associazione che, superato il localismo elitario degli inizi, riesce ormai a tenere insieme destra e sinistra, contadini e no global, intellettuali e ristoratori, impiegati e braccianti, gourmet del primo mondo e agricoltori diseredati del terzo. Produttori di eccellenze e consumatori riflessivi. Tutti sulla stessa barca, da Carlo

d'Inghilterra al campesino delle Ande, superando distinzioni ideologiche obsolete.

Oggi il popolo di Slow Food è fatto di migliaia di individui, di comunità, di condotte, di presìdi che diffondono in ogni angolo del pianeta la buona novella alimentare. Che ha trovato due ambasciatrici d'eccezione in Alice Waters e Vandana Shiva. La pasionaria di Berkeley e l'ecofemminista di Bangalore. La prima, che arriva da quella officina della cultura alternativa che è stata la California degli anni Sessanta, ha fatto del suo mitico locale «Chez Panisse» l'autentico Alice's Restaurant della cucina ecocompatibile. Arrivando a convincere Michelle Obama a piantare un orto nell'ufficialissimo giardino della Casa Bianca. Mentre la carismatica maharani dell'economia verde ha aperto il movimento alle tradizioni e alle produzioni del Sud del mondo. E soprattutto alle loro ragioni. Che hanno trovato in Slow Food una mano tesa. E in quella rete planetaria di produttori di cibo che si chiama Terra Madre un laboratorio di idee e un terreno solidale. A riprova del fatto che i grandi mutamenti sociali hanno spesso nella gastronomia una leva potente e un segnale premonitore. E che l'associazione fra politica ed equa distribuzione dei piaceri non è affatto peregrina. Non a caso Anthelme Brillat–Savarin, l'uomo che ha inventato la gastronomia moderna, l'autore della Fisiologia del gusto, fu un protagonista della Rivoluzione francese, deputato all'Assemblea costituente e consigliere del Direttorio.

Insomma, quella di Petrini e del suo movimento è una ricetta assolutamente politica. Che mescola sapientemente quel che resta di Marx, quanto basta di Tocqueville con una spolverata di Stuart Mill. Il tutto versato su una base di anticapitalismo moderato, ingentilito da una dose di individualismo estetico e irrobustito da un fondo di idealismo universalista. Con l'aggiunta di un pizzico di sano localismo. Una quadratura del cerchio che fa di Carlo Petrini l'ideologo della globalizzazione virtuosa.

Le signore del gusto

Una volta si diceva che dietro un grande uomo c'è una grande donna. Nulla di più falso, ipocrita e maschilista. Per convincersene basta leggere Il gusto delle donne, un bel libro di Licia Granello dedicato alle Ladies della gastronomia italiana. Per loro una frase del genere suonerebbe quasi come un'offesa. Perché non stanno dietro a nessuno. Al massimo scelgono di avere accanto qualcuno. E spesso fanno tutto da sole. Con spirito pionieristico, trasformando in impresa la tradizionale capacità di farsi in quattro che viene unanimemente riconosciuta al secondo sesso. Spesso per esaltarne le virtù domestiche e dunque per confinare ancora una volta le costole d'Adamo nel ruolo di comprimarie. Invece queste vite dicono esattamente l'opposto. Perché fanno della vocazione al multitasking di queste signore del gusto la loro leva. Non per sollevare il mondo. Ma per rivoltarlo. Così la loro biografia si trasforma in un'avventura esaltante, in una scommessa vincente. Perché riescono a mandare in frantumi gli stereotipi di genere e, al tempo stesso, a imporre una filosofia del lavoro e della produzione che mette in scacco le pseudocertezze dell'economia e l'inerzia dei suoi dogmi. Come fa Giannola Nonino che arriva là dove non era riuscito ad arrivare nessuno, facendo fare alla grappa una doppia piroetta del gusto. E un autentico salto di classe che trasforma in distillato di culto l'antico spirito contadino. Senza rinnegare nulla della grande civiltà rurale, che la vulcanica famiglia Nonino celebra dagli anni Settanta con un premio internazionale che ha visto sfilare a Percoto il gotha della cultura planetaria. Da Jorge Amado a Claude Lévi–Strauss, da Mario Soldati a Giovanna Marini, da Leonardo Sciascia a Peter Brook, ai Nobel Rigoberta Menchú e Vidiadhar S. Naipaul.

Altrettanto avvincente l'avventura di Livia Iaccarino, regina della gastronomia italiana. L'altra metà del cielo di Sant'Agata sui Due Golfi. Con il marito Alfonso formano un'endiadi, una cosa sola. La loro storia è passione in purezza. Cominciata con la classica fuitina, ha avuto nell'amore la materia prima di un sodalizio incandescente come la lava del Vesuvio. Una favola che inizia con le alchimie gourmandes sperimentate nottetempo nelle cucine della trattoria di famiglia. Per approdare alla luce abbagliante delle terrazze delle «Peracciole», il loro giardino delle Esperidi vertiginosamente sospeso sulle acque turchine di Punta della Campanella. Anni e anni a remare controcorrente superando un ostacolo dietro l'altro, con una determinazione piena di grazia, che ha fatto del «Don Alfonso 1890» uno dei simboli planetari dell'Italian food.

Livia e Giannola sono il polo Sud e il polo Nord del Belpaese al femminile. Di una geografia del gusto di cui Licia Granello racconta i luoghi e le protagoniste. Regalandoci cammei straordinariamente penetranti, ritratti di donna con paesaggio. Come quello di Silvia Imparato, intellettuale del vino che fa scorrere nelle botti del Montevetrano i suoi astratti furori di femme savante. E di Pina Amarelli, gran dama della liquerizia, che unisce rigore illuministico e slancio da pasionaria. E come Maida Mercuri che ha il cielo negli occhi e l'intelligenza sulla punta della lingua. E sembra appena uscita da una poesia di Neruda.

Il gusto delle donne fila dalla prima all'ultima pagina con uno slancio narrativo appassionato e appassionante. Attraversato da un'intelligenza empatica da cui gli uomini avrebbero tutto da imparare. Quella di Licia Granello è una vera osservazione partecipante da antropologa del cibo, senza nessuna concessione allo stucchevole manierismo del gastronomese che dà lo stesso sapore ai cibi come alle persone. Mentre queste biografie sono delle autentiche storie di vita. Racconti di formazione di piccolo formato. Un merito del tutto particolare visto che, come diceva Thomas Carlyle, una vita ben scritta è tanto rara quanto una vita ben spesa.

Parte seconda. Cotture

Niente fumo Tutto arrosto

Niente fumo. Tutto arrosto. È la formula vincente della rosticceria. Che dà sempre quel che promette. Sostanza e nutrimento ma anche sfizio a gogò. Un mangiare povero, trasfigurato dalla sapienza antica di mani abituate a fare di necessità virtù. E capaci di trasformare la sopravvivenza in piacere.

Una fantasmagorica lista di gourmandises, più lunga del catalogo di Leporello, per cantare le lodi della nostra gastronomia popolare che ha sempre fatto le nozze coi fichi secchi creando dal nulla, o quasi, dei sapori divini per mandare la classe operaia in paradiso. Le esaltanti arancine di riso siciliane, la sobria farinata di ceci di Genova, le golosissime olive all'ascolana, i raffinatissimi rustici di sfoglia leccesi, la lussuriosa porchetta laziale, il voluttuoso prosciutto in crosta triestino. E il panino del magut, tradizionale razione kappa dei muratori milanesi, mortadella e gorgonzola per mettere il turbo alle calorie. Per non parlare dei romanissimi filetti di baccalà e dei filanti supplì «al telefono», bocconi dalla schiettezza neorealista che hanno sfamato intere generazioni di lavoratori. Invece oggi questi finger food allietano la pausa pranzo del terziario avanzato. E diventano il piatto forte dei buffet low cost, delle festine di compleanno, delle cene improvvisate con gli amici, dei bivacchi televisivi dove la palla di riso deflagra sulla giacca mentre quella di

cuoio si insacca trionfalmente nella rete.

Cuochi si diventa, rosticcieri si nasce diceva il grande Brillat–Savarin. Come dire che la rosticceria è uno stato di effervescenza della cucina, un confronto titanico tra il fuoco e la materia. La fiamma viva, l'olio bollente, il forno arroventato, lo spiedo sfrigolante. È il trionfo dell'aura, di quella crostina dorata che avvolge la sua preda e la costringe a rivelarsi, strappandole il segreto del suo sapore. Trasformando la più elementare pastella di acqua e farina in un morceau de roi.

È quel che ci insegnano le grandi capitali della rosticceria, le città mediterranee con i loro angiporti fumosi, dove gli afrori imperiosi del fritto risalgono inarrestabili vicoli e carruggi. Come il richiamo sensuale della tentazione misto al profumo struggente della nostalgia. Di quando uscendo da scuola placavamo i morsi della fame adolescenziale divorando interi cartocci di fritti. Quei coni di carta gialla che a Napoli si chiamano coppetti e che assomigliano tanto a delle cornucopie. Piene di paste cresciute, di crocchè di patate, di scagliozzi di polenta fritta, di fette di melanzane in pastella. Perfettamente identici a quelli che si vendono nelle rosticcerie di Siviglia, sorella andalusa di Partenope. Piccoli pezzi a piccoli prezzi. La forza della rosticceria è la serialità della produzione e la parcellizzazione sempre più minuta. Simbolo di un mangiare democratico, moderno e metropolitano. In fondo la rosticceria, madre del fast food, del finger food e della monoporzione messi assieme, ha inventato una vera e propria unità di alimentazione popolare, che sarebbe piaciuta tanto a Le Corbusier. Colesterolo permettendo.

Marinare

Si può marinare tutto, anche la scuola. Con buona pace di insegnanti e genitori. Così la vita prende più gusto. E soprattutto più tempo. Lo scopo di ogni marinatura infatti è quello di consentire di rinviare il consumo di un cibo. Un posticipo alimentare insomma. Che per analogia ha ispirato l'espressione popolare che si riferisce al rinvio dell'obbligo scolastico quotidiano. Lo si mette in conserva oggi, per riprenderlo l'indomani, recita il Tommaseo. Ecco perché si usa anche l'espressione «salare la scuola». Proprio come si sala il baccalà per rinviarne il consumo a data da destinarsi.

Le marinature nascono dal genio popolare che dovendo conservare il cibo con mezzi di fortuna e in condizioni igieniche spesso precarie ha inventato una tecnica infallibile, o quasi. La madre di tutte le marinate è quella del pesce che serviva per sfamare i marinai durante le lunghe navigazioni. Prima fritto, poi conciato con aceto e aromi per essere stivato nei barili e consumato un po' alla volta. Due procedimenti per bloccare i processi fisiologici di alterazione e creare una difesa contro i batteri killer, temibili allora come ora.

E che in principio questa tecnica di conservazione sia stata inventata proprio per il pesce lo testimonia anche il fatto che una sua variante molto diffusa come il carpione prende il nome dalla carpa, quella creatura d'acqua dolce dal sapore un po' fangoso che viene tradizionalmente miracolata dalla frittura in olio e dalla successiva aromatizzazione con aceto di vino bianco, alloro, salvia e grani di pepe. Servito rigorosamente freddo, il carpione diventa un buon antipasto o un piatto di magro. Nel territorio dell'antica Repubblica di Venezia lo stesso trattamento viene riservato alle sarde, con l'aggiunta di uva sultanina, pinoli e abbondantissima cipolla. E va sotto il nome di saor. Letteralmente sapore. Un piatto agrodolce come le commedie di Goldoni. Un must per la festa del Redentore, quando lo sfolgorio dei fuochi pirotecnici illumina a giorno la notte malinconica della laguna. Piatto popolare per definizione, il saor è un connubio felice tra

pesci di piccola taglia e un antisettico spontaneo come la cipolla, che ha finito per diventare un emblema della cucina alla veneziana. La versione povera dello sposalizio col mare dei Dogi.

In realtà il gusto ad alta definizione delle marinature è presente in tutte le cucine del Mediterraneo, spesso sotto forma di scapece, dallo spagnolo escabeche, dove la severità profonda delle spezie usate nei paesi del Nord viene sostituita dalla fragranza estiva della menta fresca, dell'aglio crudo, dell'origano e del basilico. E dove spesso alla forza spiritosa dell'aceto viene preferito il gusto esperideo del limone. Aspro e dolce allo stesso tempo, soprattutto se si tratta del citrus di Amalfi e di Sorrento.

Oggi però molti chef preferiscono le marinature nonviolente, magari per osmosi, mettendo gli alimenti e le spezie sottovuoto. Così la polpa del pesce o della carne diventa una sola cosa con gli aromi. Una transustanziazione di essenze e consistenze, odori e sapori, che ha qualcosa della sinestesia, quanto basta dell'alchimia. E una buona dose di fantasia.

Si fa presto a dire crudo

Si fa presto a dire crudo. Ma non basta. Perché questa parola ormai non è né carne né pesce. Ma semplicemente un termine double face. Un segno di quel testacoda alimentare della società opulenta che ha fatto del mangiare secondo natura un mantra della nutrizione politically correct. La punta più avanzata della civiltà gastronomica contemporanea. Dominata dall'imperativo del nudo e crudo che ormai non ha più confini né nazionalità. E punta tutto sulla qualità eccelsa della materia prima. Proprio come faceva l'uomo primitivo, che quanto a freschezza e genuinità non era secondo a nessuno. Cacciagione chilometro zero e pescato rigorosamente del giorno. Provvidenzialmente condannati a vivere bio, i nostri antenati dell'età della pietra possono essere considerati gli inventori della filiera corta. Nessuna mediazione tra la mano del produttore e la bocca del consumatore. Che appartenevano alla stessa persona. Come dire necessità virtù.

Oggi invece il crudo è diventato una vera e propria categoria del gusto. Ha smesso di essere il primo stadio dell'evoluzione gastronomica. Quella che inizia con la scoperta del fuoco. No, per noi il crudo non è l'ante–cotto, ma è diventato l'anticotto. Addirittura l'al di là del cotto. La nuova frontiera dell'elaborazione minimale del cibo che prende a modello i processi della natura, le sue trasformazioni lente, quasi impercettibili, senza ferro e fuoco. Ecco perché ormai tartara e carpaccio possono essere di tutto e di più. Dal polpo al bufalo, dal tonno alla chianina, dall'albese di vitello con aglio e limone alla julienne di capesante allo zenzero, dal barracuda alla menta selvatica fino al macinato di cavallo in salsa verde. Dal baccalà ri–sushitato ai trionfi di crostacei in vinaigrette.

Sembra un ritorno alle origini ma è tutto il contrario di un gusto da aborigeni. E tanto meno da «carnibali». Perché le salse, le marinature, le salature, le emulsioni, le riduzioni, le macerazioni che accarezzano la superficie immacolata delle crudità, avvolgendola di lucenti trasparenze aromatiche, sono una sorta di cottura in slow motion. Non un'alterazione ma una seduzione. Come una doccia emozionale che trasfigura ma non sfigura. Restituendo alla sostanza tutta la sua innocenza. Una redenzione della carne che libera le nostre tartare di fassone da quell'eco barbarica che risuona ancora nel nome. Bastano cetriolini, capperi e tuorlo d'uovo a cancellare il ricordo dei nomadi delle steppe e del loro modo di frollare la carne mettendola tra cavallo e cavaliere. E sono sufficienti un velo di maionese e worchester, insieme al talento di Giuseppe Cipriani, per trasformare un elementare manzo crudo in un trionfo di sapori e colori degno del pennello di Vittore

Carpaccio. Non meno raffinato di un obento, il contenitore giapponese di sushi e sashimi, che fa pensare ad una composizione da pop art.

Insomma tutta polpa niente colpa. Almeno dal punto di vista dietetico. La differenza la fanno gusto e temperamento. Quadrupede nature per quelli che si sentono nipotini, nonviolenti, di Gengis Khan. Eteree lamelle di crostacei invece per i nipotini di Gaber, quelli che quasi quasi mi faccio uno scampo.

Cotto in flagrante

Per fare un grande fritto il pesce va cotto in fragrante. Ma anche colto in flagrante. Perché l'essenza della frittura è proprio la flagranza, ovvero la vampata improvvisa che trascolora il cibo e incendia il gusto. A santificare un calamaro in pastella, ad accendere di gloria un merluzzetto infarinato, a far brillare di luce propria un gamberetto, a mettere l'aureola a una trigliozza, a trasformare un'alice in una meraviglia e una soglioletta in una lamina dorata e croccante è sempre e comunque la frittura. Che fa letteralmente risplendere il sapore. Lo fa deflagrare, ma proprio alla lettera. Perché la parola fritto discende da una lontana radice indoeuropea, che ha a che fare con il flagrare, cioè con tutto ciò che è ardente, sfavillante, incandescente. Calore e fulgore. La stessa radice da cui derivano flamen, nome dell'antico sacerdote romano del fuoco e del fulmine, e l'indiano Brahma. Come dire che un pescetto fragrante e un nume flagrante hanno qualcosa in comune. E infatti pochi cibi sono divini come una frittura eseguita come dio comanda.

Umile e prelibato, semplice e raffinato, il pesce fritto è l'emblema di un mangiare democratico. Di una comunione evangelica, come quella degli psaria, i pescetti che Cristo moltiplica per sfamare le masse. Non a caso il cartoccio di frittura mista è sempre presente dove la vita popolare esplode allo stato fusionale, e confusionale. Nelle piazze, nelle feste, nei mercati. Non solo street, non solo fast ma anche fest food. Cibo schietto per una schietta umanità. Come le anciue e i gianchetti che si mangiano nelle friggitorie di Genova tra le volte fumose e lo scuro degli angiporti dove si insinua la nostalgia salata delle creuze de mä. E gli scartossi che si vendono nei tanti fritolini veneziani persi nel labirinto di calli e campielli. Mentre la fragaglia e la paranza napoletane hanno la stessa vitalistica mescolanza, la stessa concitata armonia della città che si specchia nel golfo delle sirene.

E a Siviglia, la Feria de abril ha il suo climax nella noche del pescaíto dove si mangia esclusivamente pesce appena fritto, bruciante come il canto delle trianeras. Le gitane che friggono e trafiggono con secolare innocenza, con antico istinto sacerdotale.

Dalla judería di Siviglia al Barrio del pópulo di Cadice, alle marisquerías di Malaga, la via del fritto attraversa tutta l'Andalusia e risale l'Europa seguendo il filo d'Arianna della diaspora sefardita. Fino alle atmosfere anseatiche del Fischmarkt di Amburgo con le sue friggitorie ambulanti che a partire dalle sei del mattino servono tonnellate di pesce fritto a un popolo da Soul Kitchen. E, last but not least, i templi londinesi del fish and chips, altro capolavoro di gastronomia pop, giunto in Inghilterra con l'arrivo degli ebrei migrati da Spagna e Portogallo portandosi dietro la tradizione arabo–andalusa del pescaíto. Che evidentemente è così buono da conquistare tutti i palati. Al di là delle religioni, delle gastronomie, delle ideologie e persino delle dietologie. Perché il fritto e mangiato è il basic instinct del sapore.

L’antimateria della gastronomia

Son tutti buoni a vendere aria fritta. Ma a infornarla ci riescono solo in pochi. I pochi eletti che sono capaci di oltrepassare la soglia che separa gastronomia e alchimia. E che sanno trovare la proporzione aurea tra i quattro elementi per dare forma e consistenza al soffio divino. Il respiro incantato che crea dal nulla e riempie di grazia il vuoto. È questo il segreto di un soufflé ben riuscito. Il mistero che si materializza in un ramequin di candida ceramica. E il risultato è una gourmandise che, a condizione di essere eseguita come dio comanda, fa della cucina un’opera d’arte. Non solo per una questione di bontà, ma anche di bellezza e di armonia.

L’equilibrismo fra gli ingredienti fa di questo piatto di alta cucina una sfida alla legge di gravità e una performance tra il funambolico e lo sciamanico. Si tratta in ogni caso di far volare ciò che pesa. Di rendere naturale il soprannaturale. Come sanno fare solo i grandi. Gli unici in grado di far diventare eterei uova, formaggi, verdure. E persino ciliegie candite e frutta sotto spirito, come accade nel sontuoso soufflé alla Rothschild, inventato nel 1824 dal celebre Marie–Antoine Carême (detto Antonin), per solleticare il palato del barone della finanza europea. Il trucco sta tutto nelle mille bolle d’aria imprigionate negli albumi montati a neve, che il calore del fuoco gonfia sospingendole verso l’alto. Con il concorso decisivo del vapore acqueo prodotto dal riscaldamento del latte e degli altri liquidi incorporati nell’impasto che vanno sempre più su. Nuvole barocche le avrebbe chiamate Fabrizio De André.

Il soufflé insomma è un po’ come un pallone aerostatico da mangiare. Ma è anche un’opera da maestri dell’architettura, un capolavoro di statica, un esercizio di meccanica celeste. Lo chef che riesce a non far implodere miseramente la sua creazione ha diritto di fregiarsi del titolo di Brunelleschi dei fornelli. Se il grande architetto rinascimentale riuscì, a dispetto dell’incredulità generale, a voltare la cupola di Santa Maria del Fiore soffiando in quelle vele lo spirito impetuoso della Firenze medicea, certi soufflé assurgono al rango di cattedrali del gusto e la loro incredibile capacità di volteggiare al di sopra della loro stessa materia prima ne fa delle gourmandises transustanziate. Delle estasi da assaporare sinesteticamente, scatenando i cinque sensi in un gioco a rimpiattino. Perché il soufflé è l’antimateria della gastronomia, la sublimazione degli appetiti che si estenuano fino a diventare pneuma caldo, languore sospirante, vertigine aromatica. È il meridiano estremo della voluttà. Il desiderio à bout de soufflé.

Fuoco e fiamme

Quando lo chef vuole stupire, il piatto arriva a tavola facendo fuoco e fiamme. E il successo è assicurato, perché il flambé è molto più di una cottura. È il colpo di teatro che trasforma la gastronomia in pirotecnia. Avvolgendo il cibo in una vampa incandescente che ne esalta le virtù nascoste. Quelle che spesso il tempo lungo della cottura si lascia sfuggire. Basti pensare alla differenza fra una malinconica mela cotta e una stuzzicante pomme flambée. Fra una modesta bistecchina grigliata e un sontuoso filetto alla Stroganoff.

Il fattore decisivo è la fiammata che fa irruzione nel piatto e coglie l’alimento di sorpresa. Catturando l’attimo fuggente del sapore. Se il fuoco segna il passaggio dalla natura alla cultura, dalla crudità alla cottura, allora si può dire che l’aura fiammeggiante dell’alcol incendiato è un ulteriore passo in avanti della civiltà della tavola. È un gesto deliziosamente eversivo perché la fiamma sta dentro il recipiente e non sotto. E si innalza

gloriosamente sopra il piatto, smettendo di essere semplice calore per trasformarsi a tutti gli effetti in sapore. In alchimia del gusto.

Un piacere per palati sottili e tasche gonfie, visto che il corpo alcolico dello spirito di turno, che si tratti di brandy, di rhum o di maraschino, viene sacrificato in olocausto alle divinità dell'alta cucina. Bruciato in un istante. Calorie dissipate nell'aria, per concentrare zuccheri e aromi. Addensare e insaporire senza aggiungere ingredienti, ma piuttosto liberandoli nell'atmosfera. Sparandoli nell'iperuranio.

E che si tratti di una tecnica culinaria sofisticata e per certi versi elitaria lo prova il fatto che il flambage avviene sempre in eleganti padelline di rame, sapientemente maneggiate da cuochi o maître che con solennità da sacerdoti del piacere officiano personalmente la transustanziazione degli aromi, direttamente in sala, sotto gli occhi vigili e trepidanti dei commensali. Che diventano testimoni privilegiati di un rito di passaggio. Perché in realtà dentro quei magici crogioli, sempre perfettamente tirati a lucido, arde una scintilla del fuoco prometeico. Se, infatti, l'eroe mitologico con il dono del fuoco strappato agli dèi regala agli uomini la possibilità di andare al di là della semplice sopravvivenza e di mangiare per gusto. E non solo per necessità. Crêpes–suzette, ananas e banane flambées, quaglie all'arancia caramellata diventano la prova che l'uomo è davvero tale quando smette di mangiare per vivere e comincia a vivere per mangiare.

Uccelli scappati e vongole fujute

Tutto fa brodo. È la parola d'ordine dell'indigenza che si fa minestra. Unica alternativa al proverbiale buttarsi dalla finestra. Nonché formula madre di tutte le cucine della finzione.

Finto brodo, finto ragù, trippa finta, uccelli scappati, pesci di montagna, vongole fujute. È la gastronomia del non essere, quella capace di cavar sangue dalle rape. O addirittura di mettere in pentola uno scarpone al posto di un cappone, come fa il surreale Chaplin de La febbre dell'oro alle prese con una fame disperata. Trovando perfino un incredibile scampolo di felicità oltre il confine della commestibilità. Una grande metafora del bisogno estremo che si rovescia in iperbole gourmande.

Del resto è proprio dalla penuria che nascono molti capolavori della cosiddetta cucina povera, da una necessità costretta dagli eventi a farsi virtù. Ricorrendo quasi sempre all'arte della sostituzione obbligata. Di cui erano maestre le massaie livornesi, capaci di far sobbollire perfino i sassi di mare per tirarne fuori un brodetto deliziosamente carico di umori minerali, da fare invidia ai crostacei più nobili. O le donne palermitane che hanno inventato un piatto come la pasta con le sarde fuggite, altrimenti detta ch'i sardi a mare, superbo eufemismo che trasfigura la scarsità in sobrietà, la miseria in nobiltà. In una sorta di edificante, quanto involontario, fermo pesca.

Se la finzione diventa l'ingrediente principale allora la cucina si trasforma in un illusionistico teatro del gusto, dove un ingrediente fa la parte di un altro. E spesso non lo fa rimpiangere. Almeno in un'epoca come la nostra, in cui il problema principale non è certo quello di mangiare abbastanza calorie, ma piuttosto il contrario. Ecco perché andiamo in estasi per i pesci di montagna liguri, con le coste impanate e fritte che vestono i panni delle alici. O per la delicatissima finta trippa, che in realtà è una frittata a striscioline sottili, ripassata nel pomodoro e spolverata di parmigiano. Ancor meglio se si può fare addirittura a meno delle uova, come nella quaresimale frittata di scammaro partenopea, fatta di sola pasta rosolata in padella con olive e capperi. Un tempo magra consolazione per un'umanità minore costretta a un perpetuo mangiare di vigilia. Oggi magico antidoto

mediterraneo contro il colesterolo e i radicali liberi che assediano la cittadella della nostra opulenza.

Se i nostri antenati cercavano di colmare un atavico disavanzo proteico maritando, quando potevano, le minestre di verdure con gli avanzi della carne, noi le minestre le preferiamo vedove, come chiamavano nella Toscana contadina le zuppe di sole erbe e pane raffermo. O «maritate senza marito», vedove bianche di carni lontane, come dicono in quella terra di antica emigrazione che è l'Irpinia.

Sublime espressione delle nostre culture del popolo, questi trompe–l'oeil alimentari, nati per ingannare la fame, hanno conquistato i piani alti della tavola. E adesso, sospinti dal vento del buono, giusto e pulito, celebrano un doppio trionfo, etico e gastronomico.

Offrendoci un rifugio dalle tentazioni della carne. Il ritorno in un Eden salutista. Il giardino dei finti spiedini.

Avanzi popolo!

Con quel che resta si fa un'altra minestra. È stato il leitmotiv secolare delle nostre cucine popolari. La filosofia gastronomica di una società che di crisi ne viveva una al giorno. Sempre in bilico tra penuria e desiderio. Costretta dalla necessità a raschiare il fondo del barile, ma pronta al tempo stesso a dare scacco alla sorte. Trasformando la scarsità in tipicità. È questa la filiera d'origine delle nostre gastronomie regionali. Delle cosiddette cucine povere. Che in realtà vanno sempre al di là della semplice sopravvivenza. Perché prendono il destino per la gola. E lo sottomettono al principio di piacere.

È così che avviene la transustanziazione degli avanzi e la loro assunzione nell'empireo della gastronomia. Sono sufficienti un tocco di burro e tre di fantasia per trasformare un pugno di riso del giorno prima in uno strepitoso risotto al salto. E basta buttare in una padella rovente un resto di acciughe, un'idea di capperi e un'inezia di olive, insieme a due forchettate di spaghetti un po' incollati, per dar vita a capolavori come la napoletanissima frittata di scammaro. Che letteralmente significa mangiare di magro. Ingredienti da Quaresima, che il genio popolare trasforma in una festa dei sensi.

Come i canederli tirolesi, dove la basica povertà del pane avanzato viene esaltata dalla sensuale prepotenza dello speck. Come la sicilianissima pasta con la muddica atturrata dove il pangrattato abbrustolito fa le veci del formaggio. Senza dire di pancotto, panunto e pan bagnato. Trompe–l'oeil alimentari dove il pane raffermo è come il ranocchio che si trasforma in principe. E la cucina diventa arte dell'illusione. Incantesimo materno capace di moltiplicare i pani e di farne polpette.

La cucina degli avanzi è, insomma, sempre e comunque un fare di necessità virtù. Lo sanno bene i teramani che delle Virtù hanno fatto un piatto simbolo della cucina d'Abruzzo. Legumi, verdure, carni, pasta. Tutto quel che avanza dopo la pulitura primaverile delle dispense finisce nel calderone assieme alle primizie. Una minestra riassuntiva dunque, che fa il bilancio dell'anno passato e il preventivo di quello futuro. Un saggio di economia domestica e al tempo stesso un sontuoso esercizio di fisiologia del gusto.

Ma la cucina degli avanzi è anche un sapiente gioco col tempo che ritarda il consumo fino all'ultimo momento utile e insieme lo anticipa quanto basta per prenderlo in contropiede. Proprio come accade nelle superbe ribollite toscane. A riprova che il tempo in cucina è ingrediente fondamentale e decisivo. Perché, come dicevano i saggi incas, è materia che si

consuma.

E oggi? Anche noi nel nostro piccolo ricicliamo gli avanzi, ma per ragioni diverse da quelle di una volta. Quello che i nostri nonni facevano per mancanza di denaro noi lo facciamo per mancanza di tempo. Perché spesso non riusciamo a trovare neanche un attimo per fare la spesa. E messi di fronte al vuoto pneumatico del nostro frigo, con una crosta di parmigiano superstite che ci guarda con aria desolata dal fondo del cassetto, finiamo per fare come i poveri ma belli. Ci facciamo coraggio, aguzziamo l'ingegno. E ci buttiamo sui resti. Al grido di Avanzi popolo!

L'invenzione dell'acqua fredda

L'invenzione dell'acqua fredda? Molto più difficile della scoperta dell'acqua calda. Per questa fu sufficiente che l'uomo rubasse il fuoco agli dèi. Per produrre il freddo, invece, ci sono volute le raffinatezze di civiltà capaci di strappare alla natura il segreto della neve. Come quelle del lontano Oriente che per prime trasformarono i candidi fiocchi in preziosissimo ghiaccio da consumare durante le stagioni calde. La neve, diceva il grande poeta greco Simonide, si seppellisce viva, perché viva si conservi e ingentilisca l'estate.

Dal Levante il know–how delle neviere si diffuse nel Mediterraneo. Alessandro Magno faceva scavare buche per congelarvi la neve e avere sempre una riserva di energia frozen per i suoi accaldati guerrieri. Mentre i sofisticati gourmet della Roma imperiale si inebriavano di vino innevato e di bevande ghiacciate. Oltre ad aver anticipato la doccia scozzese immergendosi nel frigidarium delle terme.

Poi vennero le invasioni barbariche e durante il buio Medioevo le raffinatezze degli antichi diventarono solo un ricordo. Furono gli arabi a tenere in vita la cultura del freddo. E a rinfrescarci la memoria quando invasero la Sicilia con sorbetti da mille e una notte, fatti con la neve immacolata dell'Etna. E dalle sofisticate corti dei califfi abbasidi granite e gelati si riversarono sulle nostre mense.

Parte dunque dal Sud l'irresistibile avanzata delle golosità ghiacciate, che a partire dal Rinascimento hanno fatto grande la nostra pasticceria. Grazie a missionari del gusto italiano come il sorbettiere palermitano Procopio de' Coltelli, che nel 1686 inaugura nella favolosa Parigi del Re Sole, il leggendario Chez Procope. Sorbetti, ghiaccioli e cremolate diventano un culto per i buongustai di tutta Europa. Simbolo di un consumo aristocratico che non è mai un mangiare per fame, ma piuttosto un sorbire per sfizio.

Con il tramonto dell'ancien régime e l'avvento della modernità borghese anche lo sfizio diventa democratico e il ghiaccio conosce una diffusione senza precedenti. Sono gli anni in cui gli Stati Uniti diventano leader del mercato mondiale. Dai porti del Massachusetts e del Maine, fino a Calcutta e Hong Kong. La ruota della storia ha compiuto un giro completo e il ghiaccio, partito da Oriente, vi fa ritorno come prodotto industriale dell'Occidente. E nelle case d'America e d'Europa fa la sua comparsa la ghiacciaia. Antenata di quel frigo che inaugura l'era glaciale di massa. Quella del cubetto fai da te, che diventa simbolo di uno stile di vita on the rocks. Dal whisky alla Coca è tutto un tintinnare di bicchieri. Anche se i vip non si accontentano dello stampino, ma scalpellano con destrezza michelangiolesca blocchi traslucenti d'acqua purissima. Come fa la torrida Sharon Stone, ape regina di Basic Instinct, col suo rompighiaccio assassino. Mentre gli assatanati Kim Basinger e Mickey Rourke di Nove settimane e mezzo rischiano il congelamento per stuzzicare gli appetiti.

Cubetto innocente e ghiaccio bollente, conservazione e seduzione, purezza e durezza, sfizio e vizio. Una vera coincidenza degli opposti per il più solido dei cristalli liquidi.

Parte terza. Pasta diva

Maccheroni

Ovunque nel mondo «maccheroni» è il nome con cui vengono chiamati gli italiani. Inventori della pasta di grano e suoi irriducibili consumatori. Un piatto nato dal genio popolare che, nella vita come nella cucina, ha sempre saputo fare di necessità virtù. Diventato nel tempo pietanza principale, addirittura primo piatto, di ogni pasto che si rispetti e simbolo del mangiare all'italiana.

Cibo povero per eccellenza, da mangiare addirittura con le mani, come faceva nell'Ottocento il popolo napoletano che si sfamava con gli spaghetti venduti per le strade in porzioni da uno e da due soldi. E proprio dal prezzo derivava il nome del piatto che si chiamava semplicemente o'uno e o'roie, ovvero l'uno e il due. Street food ma anche cibo da re, come i timballi di gattopardiana memoria. O come i vermicelli napoletani che Gioacchino Rossini e Alexandre Dumas si facevano spedire a Parigi per condirli con libbre di burro e formaggio. E sublimarli con tartufi e foie gras.

Emblemi incontrastati del Made in Italy alimentare, bucatini, penne e lasagne hanno conquistato il mondo surfeggiando sull'onda vincente della dieta mediterranea. E la cottura al dente ha rivoluzionato la sintassi del gusto. Indicando una terza via tra il crudo e il cotto. Un'arte del compromesso gastronomico che si sposa perfettamente con la velocità della preparazione e con una trasformistica capacità di adattarsi a tutti i condimenti. Che fanno della pasta un piatto per tutte le stagioni e per tutte le latitudini.

Alla costruzione otto–novecentesca di questa identificazione tra il Belpaese e il suo cibo totemico hanno dato un contributo decisivo gli emigranti, soprattutto meridionali, e l'industria pastaia napoletana che dai pastifici artigianali e industriali di Gragnano e di Torre Annunziata, entrambe in provincia di Napoli, assieme a quelli di altre regioni italiane, hanno portato nelle case di tutti un cibo leggero e nutriente, buono per tutte le tasche e associabile ad un cosmorama infinito di ingredienti.

I migliori pastifici artigianali, quelli che da sempre usano grani di prima qualità e trafile di bronzo e che lasciano essiccare la pasta lentamente per ottenere il massimo del gusto e la consistenza più sublime, sono tuttora concentrati in quell'area della Campania. D'altra parte Gragnano portava già nel nome un destino da capitale della pasta. Il suo toponimo, infatti, si deve ad un praedium graniium, un fondo agricolo in cui la gens Grania, di origine romana, si dedicava alla lavorazione del grano e alla produzione del pane. E dove, in seguito, alcuni rivoltosi si rifugiarono dando vita ad un vero e proprio centro urbano, Granianum, staccandosi dall'antica città di Stabia. Nel volgere di alcuni secoli lungo i corsi d'acqua del versante sudorientale dei monti Lattari vengono costruiti numerosissimi mulini. E l'aria leggermente umida che attraversa le vie della città, assieme al sole che qui splende per gran parte dell'anno, hanno fatto il resto, contribuendo a creare le condizioni microclimatiche ottimali per l'asciugatura della pasta. Nel 1861, anno dell'Unità d'Italia, al culmine del successo commerciale a Gragnano operavano 67 fabbriche di maccheroni e 22 mulini. Le strade erano letteralmente inondate di lunghi vermicelli. Oggi, a causa della concorrenza introdotta dalla pasta industriale – che con farine meno selezionate e tempi di essiccazione da record (3 ore contro le 32 tradizionali) vende un prodotto più economico –

sono sopravvissuti solo 11 pastifici, che rappresentano un baluardo della tradizione, un monumento al saper fare di chi la pasta la produce da qualche secolo. Non è dunque un caso che nel Duecento, quando Federico II porta la pasta dalla Sicilia in Campania, quasi immediatamente essa si lega alla città di Gragnano grazie ad un maestro della scuola medica salernitana, nonché signore del luogo, che promuove incondizionatamente la pasta come rimedio contro la tisi e come toccasana per le febbri. Un cibo decisamente sano, insomma.

Bisognerà comunque aspettare il 1509 per avere a Napoli la prima menzione ufficiale della pasta in un decreto con il quale il viceré don Giovanni d'Aragona proibisce, in caso di penuria di farina «per guerra o carestia» o per scarsità di produzione, di «fare taralli, susamelli, ceppule, maccarune, trii, vermicelli, né altra cosa di pasta eccetto in caso di necessità dei malati».

Alla fine del Cinquecento viene inventato il torchio, che a Napoli diventa 'U 'ngegno, l'ingegno. La pasta, che fino ad allora veniva lavorata esclusivamente a mano, inizia ad essere trafilata con uno strumento che, come un calibro, rende più regolari le forme di vermicelli e maccheroni. Oltre a diminuire tempo e fatica della preparazione. La pasta veniva poi fatta asciugare all'aria aperta su lunghe canne e graticci di legno finché, una volta persa tutta l'umidità, poteva essere conservata a lungo ed esportata ovunque.

Nel 1787 nel suo Viaggio in Italia Johann Wolfgang von Goethe racconta che a Napoli impazzano i maccheroni: «fatti di pasta di farina fine, accuratamente lavorata, ridotta in forme diverse e finalmente cotta, si trovano dappertutto, e per pochi soldi. Si cuociono per lo più semplicemente, nell'acqua pura e vi si grattugia sopra del formaggio che serve a un tempo di grasso e di condimento». I maccaronari «con le loro casseruole piene di olio bollente, sono occupati, particolarmente nei giorni di magro», a preparare maccheroni, con «uno smercio incredibile».

I vermicelli con un po' di cacio e pepe erano a tutti gli effetti un cibo di strada, in grado di soddisfare gli stomaci dei più poveri. Un piatto reso ancor più appetitoso, oltre che dalla fame, anche dal fascino di maccaronare seducenti come quella decantata da Salvatore Di Giacomo nella poesia omonima. Mentre sontuosi timballi di pasta, detti timpani, spesso cotti in crosta, farciti di ogni ben di dio, venivano serviti sulle tavole dei ricchi.

Se la Campania non può vantare il primato dell'invenzione della pasta, che va riconosciuto agli arabi di Sicilia, può gloriarsi di aver inventato il connubio tra pasta e pomodoro. Questo matrimonio indissolubile è testimoniato, per la prima volta, da una ricetta di vermicielli con le pummadora del 1839, riportata nell'appendice alla Cucina casereccia in dialetto napoletano nella seconda edizione della celebre Cucina teorico–pratica di Ippolito Cavalcanti, duca di Buonvicino.

In Campania, soprattutto nelle zone lontane dalle grandi città, è ancora molto diffusa la tradizione di fare la pasta fresca in casa. Acqua e farina, a volte di grano duro, impastata a mano per essere plasmata in formati che portano ancora nomi antichi. Alcuni dei quali risalgono ai romani. Come le làgane, menzionate anche da Apicio, il nume tutelare della gastronomia latina. Cavàti, cavatèlli, fusilli, strascinati, scialatielli e molti altri ancora. Paste semplici e austere. Suscettibili di un'infinità di variazioni. «Sposate» con legumi e verdure. Connubi fantasiosi, divenuti ormai dei classici. Patrimoni di famiglia e pezzi di storia individuale e collettiva.

Adesso paccheri, candele, ziti, mezze maniche, occhi di lupo, linguine, manfredine, fusilli, cortecce, lasagne, ditali, conchiglie, penne, sedanini, bucatini, ditalini stanno

progressivamente conquistando le tavole del pianeta. E la pasta diventa l'emblema globale della dieta mediterranea. Non solo un modo di mangiare ma un modo di vivere. Più salutare, più sostenibile, più gustoso. Che viene da lontano. Che ha la forza consolidata delle lunghe durate della storia. E proprio in quanto modello culturale, il 17 novembre del 2010, è stata proclamata dall'Unesco patrimonio culturale immateriale dell'umanità. Grazie soprattutto alla tenacia di Angelo Vassallo, il sindaco pescatore di Pollica, la bellissima cittadina del Parco Nazionale del Cilento e Vallo di Diano. Barbaramente assassinato dalla camorra il 5 settembre di quello stesso anno. Questo riconoscimento dello stile di vita mediterraneo come bene comune costituisce il grande lascito di un uomo che sentiva la responsabilità di un'eredità secolare. Di una catena di generazioni che ha dato vita a una filiera lunga, che dalle sponde della Magna Grecia ha conquistato il mondo.

Ragù

Il vero ingrediente è il tempo. Certo, i tagli di carne giusti, il pomodoro eccellente, l'olio extravergine sopraffino sono assolutamente necessari. Ma non sufficienti. Per fare un ragù degno di questo nome bisogna varcare quella soglia oltre la quale la cucina smette di essere semplice preparazione del cibo, per diventare rito. Un rito che per l'appunto ha per protagonista assoluto il tempo. Ma non un semplice tempo di cottura, per carità. Piuttosto un'idea eroica della durata, un tempo che ha lo stesso scorrere lento della memoria comunitaria. Che ha il passo lungo della tradizione. Un ragù che si rispetti deve, infatti, sobbollire ore e ore a fuoco lentissimo. Una sorta di al di là della cottura, quasi una consumazione sacrificale. Compiuta la quale il pomodoro, la carne, il condimento si compenetrano, smettono di essere ciò che erano in origine per diventare una sola, sublime sostanza. C'è chi parla addirittura di transustanziazione per definire questa alchimia gastronomica.

Ecco perché il ragù non è un cibo come un altro, ma piuttosto un nutrimento dell'anima, un modo di celebrare la continuità della vita e la comunione degli affetti nel segno del piacere. Tutte cose che non si possono realizzare alla svelta con pochi salti in padella.

Ci vogliono almeno tre giorni, come insegna Eduardo De Filippo in Sabato domenica e lunedì, la commedia che mette in scena il rito napoletano del ragù. Il primo giorno per «stordire» la carne estraendone i succhi vitali. Il secondo per completare il sacrificio che culmina nel pranzo domenicale con famiglia rigorosamente al completo. Il terzo giorno vengono fatti resuscitare in padella gli avanzi della pasta per esser consumati fino all'ultimo.

In tutto questo c'è molto del pasto totemico e del rito sacrificale che ricostruisce l'unità del gruppo attraverso l'incorporazione collettiva del simbolo comunitario. Non è un caso che in ogni famiglia napoletana il racconto del ragù assuma toni epici, esagerando fino all'iperbole i tempi di cottura. Sei ore. No, ce ne vogliono almeno otto. Mia madre mai meno di dieci.

Questa corsa al rialzo è in realtà la variante in salsa partenopea di un fenomeno universale. Perché se la cottura del cibo rappresenta il passaggio dell'umanità dalla natura alla cultura, la stra–cottura segna il trionfo definitivo della cultura che sottomette prometeicamente la natura, strappandola per sempre alla sua crudità presociale. Il folclore e le mitologie di tutto il mondo sono pieni di racconti che hanno per protagonista una pentola che bolle ininterrottamente sul focolare, simbolo del femminile che riproduce la continuità della vita. Gli indios della Guyana vanno molto fieri della loro leggendaria

«pentola pepata» nella quale versano ogni giorno gli avanzi dell'ultimo pasto insieme a nuovi ingredienti.

Questi raffinati gourmet della giungla vantano la superiorità di certi stufati che le loro madri riuscivano a far sobbollire ininterrottamente per decenni. Al confronto di quei mitici stracotti, di quelle ribollite tropicali, il ragù napoletano rischia di sembrare una crudità.

Timballi

È il rullo di tamburo che annuncia l'arrivo trionfale della pasta. La sostanza stessa di ogni timballo. Che sia dentro o che sia fuori, contenuto o contenitore, natura naturante o natura naturata, la più metamorfica delle materie gastronomiche è l'ingrediente sine qua non di ogni tamburo alimentare. Perché proprio questa è l'origine della parola timballo, da tabla ovvero il tamburo di guerra. Come quello celebre che dava la carica alle temutissime armate dei parti, incubo dei legionari romani sulla frontiera dell'Eufrate. Mai come nel caso di timballi, pasticci e lasagne la forma è anche sostanza. È proprio il fatto di racchiudere tante preziose gourmandises in una sorta di debordante cornucopia ad amplificare le virtù dei singoli ingredienti. A fonderle e confonderle in un'aristocratica alchimia di gusti, di sapori, di consistenze, di sensazioni, di contrasti. Non a caso da sempre il timballo fa bella mostra di sé sulle tavole signorili. Da quelli sontuosi di piccione in crosta, ai ripieni di selvaggina in pasta frolla o sfoglia, fino al principesco timpano di maccheroni che don Fabrizio di Salina offre ai suoi ospiti estasiati in una delle più belle pagine del Gattopardo. Quando il coltello rompe la crosta brunita, che profuma di zucchero e cannella, si sprigiona un inconfondibile odore di nobiltà. La profondità dei tartufi, la sapidità dei fegatini di pollo, i picchi sulfurei degli ovetti di quaglia, la schiettezza brusca delle rigaglie di prosciutto, l'ambra brunita del fondo di cottura. Ma la chiave di volta della costruzione restano le due paste. Quella frolla che avvolge il tutto come un'epidermide caramellata. E i maccheroni corti, che fanno da connettivo tra i costosissimi ingredienti. Che pure, senza la generosità del grano, rimarrebbero un mero sfoggio di potere d'acquisto, un debordante mausoleo alimentare. La pasta insomma è l'anima dei timballi, di quelli gattopardeschi come di quelli più democratici che campeggiano sulle nostre tavole festive. Quelli che, in una società di single come la nostra, diventano monoporzione. Timballini personalizzati. E soprattutto alleggeriti di quel surplus proteico ormai insostenibile per i nostri appetiti interinali, per le voglie mordi e fuggi di noi individualisti del gusto. Non più quaglie, fagiani, lepri. Ma asparagi, zucchine, melanzane, porri, carciofi uniti da besciamelle sempre più impalpabili e da formaggi sempre più eterei. In fondo le nostre lasagne vegetariane hanno trasformato la tabla degli antichi persiani in una tavola pitagorica. Insuperabile nel calcolo delle calorie. Al ribasso, of course. E con la sottrazione al posto della moltiplicazione. È questa la differenza tra uno straripante timballo d'antan e un minimalista sformatino postmodern.

Orecchiette

Ruvide e genuine, leggere e piccoline, barocche e contadine. Le orecchiette sono impronte digitali che diventano pasta d'autore. In ciascuna, infatti, è possibile riconoscere il pollice che l'ha cavata dandole la tipica forma che fa pensare a un piccolo orecchio. Ma qual è stata la mano che per prima ha trasformato il prezioso grano duro in quello che oggi è il logo alimentare della Puglia da mangiare? In realtà è impossibile rintracciare l'identikit di chi ha scagliato la prima orecchietta. Come tutti i piatti mitici, sembra che esistano da sempre.

Se nessuno sa veramente chi le abbia inventate in compenso le leggende sulla loro origine si sprecano. C'è chi dice che furono gli Angioini a importare un formato di pasta cava originario della Provenza, quando nel Medioevo conquistarono il Mezzogiorno d'Italia. Altri invece ne retrodatano la nascita al dominio svevo e all'illuminatissimo Federico II, l'imperatore poeta innamorato della chiana Puglia, che fece del tavoliere una preziosa riserva di pregiatissimi grani duri.

Altre ipotesi più fantasiose le considerano un'eredità gastronomica della comunità ebraica locale che avrebbe inventato questa pasta in ricordo delle orecchie del terribile Aman che aveva ordinato lo sterminio degli ebrei al tempo della regina Ester. Per fortuna l'ignobile piano fallì e da allora i figli di Israele celebrano lo scampato pericolo con la festa di Purim. E dunque le orecchiette sarebbero una sorta di vendetta gastronomica, un piatto che almeno in questo caso non si consuma freddo. Ma le ipotesi sulla denominazione di origine incontrollata di questa tipicità non si fermano qui. Non poteva mancare l'ispirazione bioarchitettonica secondo cui sarebbero stati i tetti dei bellissimi trulli della Val d'Itria a ispirare le massaie locali. E per quelli che hanno fatto il Classico, all'origine di tutto ci sono le antiche lixulae, dei dischi di pasta concava di cui parla già Varrone, il Veronelli dell'antichità.

L'unica cosa certa è che le orecchiette sono femmine. Prova ne sia che in Salento le fanno maritare con i minchiareddi, dal nome e dalla forma inequivocabilmente virili. Secondo la vox populi l'accoppiata serve a sostenere al meglio il peso del sugo, impedendo che le orecchiette si appiccichino l'una all'altra come delle comari. Mentre i baresi sostengono che le loro orecchiette stanno su da sole e il matrimonio lo fanno con le cime di rapa. In ogni caso, in qualsiasi parte della Puglia il pranzo della domenica mette d'accordo tutti i campanili. Quando sulle orecchiette, esaltate dal rosso profondo del ragù, dal verde del basilico e dal bianco della ricotta forte, sventola il tricolore gastronomico. E il Made in Italy diventa passione mediterranea.

Sensibili alle sfoglie

Se il tortellino nasce dall'ombelico di Venere il risultato non può che essere divino. E soprattutto sensuale. Perché la pasta all'uovo è un mangiare in stato di grazia, che sublima il gusto in voluttà. Non a caso il mito d'origine dei tortellini ne attribuisce l'invenzione a un cuoco bolognese che sarebbe rimasto incantato dalla perfezione delle curve dell'antica dea dell'amore. Ma anche la nascita di un altro capolavoro del Made in Italy alimentare come le tagliatelle è legata ad una femme fatale. Questa volta Lucrezia Borgia, l'icona del sex appeal rinascimentale. I suoi capelli biondi come l'oro, infatti, avrebbero ispirato ad un certo Mastro Zafirano l'idea di tagliare la sfoglia in lunghe strisce che si arrotolano morbidamente, proprio come i boccoli della Mata Hari dello stato pontificio. Grande piatto per una grande occasione. Il matrimonio fra la bella Lucrezia e il duca Alfonso d'Este, signore di Ferrara. In realtà però il vero matrimonio consacrato dall'aneddoto è quello tra la pasta all'uovo e la generosa terra emiliana. Poca farina e tanti tuorli per una sfoglia da leggenda. Nutriente e seducente. Proprio come il movimento sinuoso dei fianchi delle sfogline. Così vengono chiamate in Emilia–Romagna le signore del matterello, le sacerdotesse che officiano il rito del pranzo domenicale. Quando tortellini, tagliolini, fettuccine, pappardelle, cappelletti, ravioli, anolini, agnolotti, bauletti, caramelle, fagottini, cappelli da prete e cannelloni allietano da sempre le tavole imbandite a festa. Su cui regna incontrastata sua maestà la lasagna. Dove la pasta è socio di minoranza, a fronte di ripieni tracimanti. Una vera cascata di sapori per un capolavoro barocco. Ed è proprio la capacità

della sfoglia di entrare in simbiosi con qualsiasi ingrediente – carni, funghi, carciofi, spinaci, porri, formaggi, pesto – che ne ha fatto lo zelig della tavola. La lasagna infatti è ben più di un piatto. È un concetto. È un'idea del mangiare all'italiana. Che rivela un irrefrenabile principio di piacere e un'inesauribile fantasia. Associati alla praticità. Non a caso è da sempre nella top ten dei piatti frozen. A Bologna come a Mumbai, ad Amburgo come a Detroit.

Insomma se la pasta di grano duro è sinonimo di Mediterraneo, quella all'uovo ha uno spiccatissimo colore settentrionale. Dalla pianura padana alle prealpi, dal Piemonte al Ticino, fino all'Alsazia. Paste gialle, sapide, cariche di nutrienti, per un'Europa più dinamica e più ricca, che conclude vittoriosamente la sua rincorsa proteica. Trasformando l'eccezionalità del festivo in regola quotidiana. In una Cuccagna on demand.

Parte quarta. Cibi di culto

La moltiplicazione dei pani

Non abbiamo che cinque pani. Lo dicono gli apostoli a Gesù. E il figlio di dio risponde con il celebre miracolo della moltiplicazione sfamando cinquemila bocche. Oggi a essere in cinquemila sono i pani con tutti i loro derivati. Ma questa volta la moltiplicazione è opera del mercato. È un miracolo economico. Che ha progressivamente trasformato l'alimento per antonomasia, il minimo vitale della sussistenza, in uno sterminato catalogo di fantasie da forno. Forme e pezzature sempre più minute, sempre più ricercate. Con buona pace del pane comune, sopraffatto da uno tsunami di pani speciali. Alle olive, al sesamo, ai semi di papavero, di finocchio, al pomodoro, alle noci, all'uvetta, alle erbe, allo zafferano, allo zenzero. E chi più ne ha più ne metta.

Nella civiltà del benessere, insomma, non si vive di solo pane. Ma piuttosto di panini, soffiate, coppiette, michette, ciriole, grissini, tarallini, cracker, schiacciate, pancarré, panbrioche, scrocchiarelle, brezel, bagel, sfoglie, gallette. Piaceri leggeri, fragranti, golosi, fatti per stuzzicare il palato più che per riempire la pancia. È il trionfo del post–pane. Specchio di un edonismo di massa che moltiplica gli sfizi come i vizi, le preferenze come le intolleranze. E parcellizza il pane proprio come il lavoro. Pani monoporzione per un'umanità sempre più single, alimenti interinali a misura di un popolo di partite Iva.

Il fatto è che il pane non è più la base della nostra piramide nutrizionale ed è diventato poco più di un surplus voluttuario. Sempre più elaborato e costoso, proprio come quelle focacce condite e quei filoni farciti che una volta arricchivano la tavola dei signori, accanto a carni e pesci prelibati. Ghiottonerie condannate dalla Chiesa in quanto simboli del peccato di gola, di un mangiare da ricchi epuloni. Un segno morale e politico che resta impresso in nomi come kaiserbrot, herrenbrot, pane del prete, pane del principe, pan ducale, galletta del re. O nell'etimologia di parole potenti come Lord, che in origine definiva il custode del pane ben lievitato. E come Lady che nell'inglese antico designava per antonomasia la donna che impasta, nostra signora della lievitazione.

Mentre i contadini e le plebi urbane, i dannati della terra che assaltavano i forni per la fame, non avevano null'altro che pane. E certo non di quello bianco, fragrante e profumato. Ghiande, crusca, segale, miglio, farro, orzo, tutto era buono per far pagnotte. Era questo il nero nutrimento dei poveri cristi, quello che non a caso compare nelle rappresentazioni dell'Ultima Cena. O nelle immagini dell'umile grotta di Betlemme dove spesso accanto alla Vergine c'è una gerla di pane scuro. Quello che adesso chiamiamo

integrale e che abbiamo elevato a emblema supremo di salute e di salvezza. In un cortocircuito tra fibra vegetale e fibra morale. E così noi epuloni buonisti, cerchiamo di far quadrare il cerchio tra edonismo e temperanza comprando a prezzi da ricchi alimenti da poveri. È il contrappasso della gola che cerca di redimere le sue colpe. Nel nome del pane.

Vigilia dei sensi

Notte magica, notte da presepe che sospende il corso del tempo e l'ordine del mondo. Alla vigilia di Natale gli animali parlano e gli uomini ammutoliscono. Lo raccontano le leggende popolari di tutta Europa. E soprattutto, lo racconta quel poeticissimo apocrifo che è il Protovangelo di Giacomo: «tutte le cose in un momento furono distratte dal loro corso». Un fiabesco fermo immagine che fa assomigliare il mondo a un presepe. Tutti gli esseri del creato restano immobili, in vigile attesa della nascita del dio e della vittoria annuale del sole sulle tenebre. Proprio questo significa in origine la parola «vigilia», vegliare ritualmente su un passaggio decisivo. Un tornante del tempo, individuale o collettivo, astronomico o religioso. Che sia la notte di Natale o quella di Capodanno. O le notti piene di trepidazione che precedono le tappe decisive della nostra vita. Come la maturità, la laurea, il matrimonio. Ogni grande giorno ha una sua vigilia, che azzera le lancette del tempo prima di farle ripartire per un nuovo giro. È molto più di una sospensione. È una suspense. È l'attesa che diventa rito e rigenera le nostre esistenze. È un po' come nutrirsi della sostanza del tempo.

Anche per questo nei veglioni la condivisione del cibo diventa simbolo unificante. Ed è così importante mangiare con gli altri. Ma soprattutto mangiare qualcosa di speciale. È come passare un colpo di evidenziatore sul calendario.

Per i credenti si tratta di un modo di realizzare il contatto con il sacro attraverso la via dei sensi. Per i non credenti di una vera e propria celebrazione del legame sociale, una festa degli affetti. Cui non ci si può sottrarre.

Non a caso i due cardini della tradizione natalizia sono la famiglia e la tavola. Entrambe sacralizzate dal mangiare insieme le cose di sempre. Dove la riproposizione del menù della tradizione, oggetto di un'autentica mitologia domestica, trasforma la semplice abbuffata festiva in eccesso rituale. Oggi temuto da molti ma evitato da pochi. Perché in realtà si tratta di un'orgia obbligatoria, di una liturgia della gola. Che rivela lo stretto intreccio tra piena esultanza dell'anima ed esultanza strapiena del corpo.

Proprio come avveniva nel mondo antico, dove la cerimonia principale della polis consisteva in un banchetto di vigilia chiamato «sacrificio», fatto di cibi offerti simbolicamente agli dèi. La scelta delle pietanze, i tipi di cottura, la successione delle portate obbedivano a un rigoroso palinsesto cerimoniale. Carni, legumi, pesci, dolci, formaggi, frutta secca. I convitati erano tenuti ad assaggiare di tutto un po', anche a costo di scoppiare. Allontanarsi dalla tradizione sarebbe stato considerato un sacrilegio, una messa in discussione del patto identitario. Tutti, anche i più poveri, dovevano essere ammessi alla grande abbuffata.

Queste forme di gastronomia sacralizzata caratterizzano anche le nostre vigilie e hanno fatto nascere nei secoli delle singolari forme di previdenza festiva. Come i Goose Clubs dell'Inghilterra vittoriana e i Christmas Clubs americani del primo Novecento, salvadanai popolari, che con il versamento durante l'anno di qualche spicciolo a settimana garantivano a tutti di potersi concedere la strippata natalizia. Anche nelle nostre città si usava lasciare ogni giorno ai negozianti di alimentari delle piccole somme a mo' di

anticipo. Costituendo così un credito da spendere tutto d'un botto per imbandire un cenone come dio comanda. Detto in altri termini, per osservare il diritto–dovere di consumare il banchetto rituale in ogni sua sequenza. Niente carne né grassi animali per rispettare i divieti conciliari, ma in compenso cascate di salmone, deliri di frutti di mare, trionfi di ostriche, maree di branzini. È il magro che si rovescia nel suo contrario e realizza in termini moderni quel cortocircuito orgiastico fra astinenza e abbondanza, fra rigore e spreco. Quel consumo del sacro che è l'essenza di ogni vigilia.

E perfino in un tempo secolarizzato come il nostro, in cui lo spirito della festa sembra ridursi alla frenesia consumistica, i nostri opulenti menù festivi sono in realtà la versione postmoderna delle orge sacre di un tempo. Sono il nuovo sabato del villaggio globale.

Il gusto dei pellegrini

Se gli ossi di seppia qualche volta diventano poesia, certe conchiglie sono addirittura un culto. È il caso delle Saint–Jacques, esempio supremo di devozione che si trasforma in gourmandise. Di un mangiare povero e occasionale come quello dei pellegrini che dà vita a una filiera di beatitudini gastronomiche.

Come dice la parola stessa, questi gustosissimi frutti di mare – i più consumati al mondo insieme alle ostriche e alle cozze – prendono il nome dal santuario di Santiago de Compostela, uno dei cuori pulsanti della cristianità, meta secolare di pellegrini venuti da tutto il mondo per venerare le reliquie dell'apostolo Giacomo.

Ma i sacri molluschi sono solo la punta di un iceberg gastronomico. Moltissime tipicità della cucina europea sono infatti roba da pellegrini. È l'incrocio di umanità, di esperienze, di culture creato dai grandi cammini che portano a Roma, a Santiago de Compostela, a Gerusalemme a far nascere le gastronomie del vecchio continente. Gli infaticabili camminatori della fede, i romei, gli jacopei, i palmieri, sono stati i primi ambasciatori del gusto e al tempo stesso gli artefici di un silenzioso, secolare import–export cucinario che ha contribuito a fare l'unità europea a partire dalla tavola.

Con pane e vino si fa il cammino. È il motto alimentare del pellegrinaggio cristiano che a partire dall'associazione evangelica dei due cibi eucaristici costruisce, a forza di scambi, di prestiti, di imitazioni, di aggiunte, di innovazioni, uno straordinario patrimonio comune. Una gourmandise della carità. Una cucina della misericordia. Non a caso alloggiare i pellegrini è una delle sette opere di misericordia corporale.

In realtà il pellegrinaggio non era un semplice viaggio, ma l'avventura di una vita. Un'esperienza che poteva durare anni e metteva il viandante a contatto con terre, abitudini, umanità e prodotti completamente nuovi. Prima di partire si faceva testamento, si pagavano i debiti e si indossavano le vesti del cammino: il mantello, il bordone e il cappello. Con la bisaccia che diventava l'indispensabile dispensa del pellegrino. Pane nero, erbe aromatiche, aglio, carne affumicata e pesce secco. Una riserva continuamente alimentata negli ospizi, nei monasteri, nelle case del pellegrino in cui le schiere dei transumanti della fede, un esercito a metà tra la corte dei miracoli e l'armata Brancaleone, si ristoravano con zuppe, brodi, potages, panunti, pancotti. Mentre i pellegrini eccellenti si deliziavano con manicaretti di carne e di pesce conditi con salse divenute celebri come la béarnaise, invenzione dei monaci di Béarn. Ma spesso i pellegrini il cibo se lo procuravano da soli e lo cucinavano a modo loro. Come quelli che concludevano il cammino di Santiago raggiungendo le spiagge del Finisterre, proprio dove l'apostolo Giacomo, venuto a evangelizzare la Galizia, raccoglieva i frutti di mare che portano il suo nome per donarli

ai convertiti come contrassegno di fede. In onore del santo gli jacopei sacrificavano i molluschi sulle braci o sotto la cenere e riportavano a casa la conchiglia bivalve, simbolo dei due precetti della carità: amare dio su tutte le cose e il prossimo come se stessi. Da allora quella che il naturalista Linneo battezzò pecten jacobaeus, e che in Italia chiamiamo capasanta, cappa pellegrina, santarella, cozzula del pellegrino, è l'emblema stesso dell'itinerario galiziano.

In ogni caso quello dei pellegrini, ieri come oggi, è cibo da asporto. Focacce, pizze bianche, schiacciate, testaroli, farinate, torte salate, pasqualine, casatelli, pissaladières, empanadas. Tutti street food da consumare durante le romerìe, cioè i pellegrinaggi di una giornata, quelli ai santuari fuori porta che a partire dal Concilio di Trento affiancano i grandi cammini. E così l'andar per campi, che è l'antico significato della parola peregrinare, si fa letterale. E si trasforma in scampagnate, picnic, déjeuner sur l'herbe. I nostri cammini della domenica.

La sagra della primavera

Festa di resurrezione ma anche rito di primavera, liturgia del dolore ed esplosione della gioia, abbuffate e scampagnate. L'arrivo della Pasqua ci fa uscire dal gelido inverno e colora di verde le nostre giornate. È il momento in cui la natura si risveglia dentro e fuori di noi. Ecco perché i cibi di Pasqua profumano di vegetazione in fiore. E di vita che torna a scorrere nelle vene del mondo.

Non è un caso allora che sia proprio il cibo l'emblema principale di questa festa. Dalle altezze teologiche del mistero dell'ultima cena alle più terrene leccornie che costituiscono il controcanto gastronomico del ciclo della Settimana Santa.

Uova, grano, germogli, primizie, agnelli, capretti. Un menù che è tutto un simbolo. Se gli agnelli ricordano agli ebrei il sacrificio offerto al dio di Israele prima di abbandonare l'Egitto e liberarsi dalla schiavitù, per i cristiani, invece, l'animale emblema dell'innocenza è il simbolo stesso del figlio di dio che si è sacrificato per salvare gli uomini. Divergenze interpretative che non impediscono però una forte convergenza culinaria che finisce per coinvolgere tutti, credenti e non, in uno straordinario consumo di costolette e cosciotti che per le sue dimensioni costituisce ancora oggi un autentico pasto sacrificale.

Se l'agnello è un must della gastronomia rituale, l'uovo è da sempre l'immancabile icona planetaria della Pasqua. Questo simbolo universale di nascita e rinascita, di rigenerazione e di vita eterna rievoca le antiche rappresentazioni popolari che, sin dal Medioevo, raffiguravano Cristo come un pulcino che esce dal guscio. Ma anche il miracolo cui assiste la Maddalena, quando un uovo bianco come l'avorio diventa rosso scarlatto nelle sue stesse mani. A riprova che Gesù è risorto.

Insomma dall'uovo cosmico a quello di cioccolato, il passo è breve. Trasformando pranzi e scampagnate in abbuffate rituali. A base di pasqualine, focacce, colombe, casatielli, schiacciate, torte di formaggio. Più le uova di cioccolato, di zucchero, di marzapane. Un'autentica liturgia proteica. E glicemica. Che mette fine all'austerità della Quaresima in cui era interdetto il consumo di uova, salumi e altre proteine nobili. In fondo il tripudio pasquale nasceva anche dall'esplosione dei sensi che si prendevano la rivincita sulle privazioni. Tutt'altra cosa rispetto alla nostra civiltà dell'opulenza che ha spalmato l'abbondanza festiva sull'intero calendario. E ha fatto delle diete la nostra quaresima on demand.

Accanto a queste proteine simboliche, che rendono il menù pasquale particolarmente ricco, di calorie quanto di riferimenti biblici, ci sono poi tutte le verdure novelle che annunciano la primavera nel piatto. Fave, piselli, cipolline fresche, asparagi, carciofi, erbe di campo che trasformano il menù festivo in una sorta di offerta primiziale e fanno corona al grano, il grande emblema del dio che si è fatto pane.

E dulcis in fundo, le focacce zuccherate e profumate di fiori d'arancio della tradizione mediterranea, eredi dei rituali primaverili precristiani. Come quelli in onore di Adone, dio dei cereali. Nato da una vergine come Cristo. E come lui morto e risorto a primavera. In suo onore le donne facevano crescere del grano in piccoli vasi tenuti al buio, i cosiddetti giardini di Adone, che venivano posti sulla tomba del dio. Né più né meno di quel che si fa oggi con i nostri sepolcri il giovedì santo, quando nelle chiese di Napoli, Palermo, Alghero, Lecce si ritrova quella mescolanza di paganesimo e cristianesimo che incantò Goethe e Stendhal.

Così sulle sponde del mare nostrum si celebrava la passione del grano. Come noi celebriamo quella di Cristo. Trasformando, ora come allora, il rito di resurrezione in una vitalissima sagra della primavera.

Fra bio e dio

Adesso alla religione non chiediamo più la salvezza dell'anima ma quella del corpo. E rabbino e imam diventano certificatori di qualità. Si spiega così il boom planetario del mangiare kasher che conquista anche i palati non ortodossi. Mentre la grande distribuzione riempie gli scaffali di prodotti halal. Oggetto di una domanda trasversale che ha poco a che fare con i comandamenti. Tranne quello della genuinità. Che oggi si confonde sempre più spesso con la purezza. Del resto le parole kasher e halal significano proprio questo: puro, corretto, lecito. Sono una doppia garanzia di bontà e di eticità. Significano che il cibo che acquistiamo è prodotto come dio comanda. E perfino chi non crede in Javeh o in Allah mostra di aver fede nell'efficacia dei controlli religiosi. Più che nelle autocertificazioni di tanti produttori.

In realtà la secolarizzazione e il culto del corpo fanno cortocircuitare l'idea di salute e quella di salvezza, di fiducia e di fede. Finendo per caricare la religione di funzioni improprie. Come la tracciabilità dei nostri alimenti. Garantita da un'autorità percepita come superiore, al di sopra delle parti, al riparo da conflitti di interesse. Del resto il cibo, come dice la grande antropologa Mary Douglas, è sempre sul confine tra purezza e pericolo, sia sul piano simbolico che su quello biologico. E le religioni sono anche dei regimi alimentari sacralizzati. Divieti, prescrizioni, digiuni, astinenze hanno sempre una funzione duplice, materiale e rituale, fisiologica e psicologica, etica e dietetica. Ecco perché un mondo in preda a mille paure – contaminazione ambientale, ogm, pesticidi, diossina, grassi idrogenati, sostanze cancerogene – non sapendo più a che santo votarsi, si butta sulla vacca sacra come antidoto alla mucca pazza. Come dire che se non è bio almeno ci pensi dio.

Dolci per devozione

Dunque: «Prendi il fiore e mettilo sopra il tagliero. Mettici un pocorillo d'insogna (strutto) e faticalo come un facchino. Doppo fanne come se fosse una bella pettola. Tagliane tanti pezzi, passaci il laganaturo (matterello) e dentro mettici crema e cioccolata o se più ti piace ricotta di Castellamare. Se ci metti dentro acqua di fiori e qualche pocorillo di cedro, fa'

cosa santa. Fatta la sfogliata lasciala mezza aperta e mezza chiusa da una parte e là dove scorre la crema facci sette occhi piangenti con sette amarene o pezzulli di percocata (confettura di pesche). Manda tutto al forno, fa cuocere lento, mangia caldo e alléccate le dita».

È la ricetta settecentesca delle monachine, tradizionale dolce napoletano nato nell'antico monastero carmelitano della Croce di Lucca. Uno dei tanti luoghi sacri dove veniva coltivata quella dolce devozione che ha arricchito la pasticceria e la cucina italiane di leccornie dal gusto straordinario e dall'altrettanto straordinario fascino evocativo.

A gloria delle suorine della Croce di Lucca, va ricordato che, secondo alcune voci della tradizione, nello stesso convento sarebbe stata concepita anche la sfogliatella, uno dei vanti della gastronomia partenopea. Di cui in seguito le suore di un altro convento – quello amalfitano di Santa Rosa – avrebbero prodotto un'imitazione ingrandita, oltre che arricchita di uova nell'impasto e di una garniture di crema e di amarena per impreziosire le friabili listerelle di sfoglia: la Santa Rosa. Secondo altri invece la Santa Rosa sarebbe la versione primitiva della sfogliata che, della prima, costituirebbe una variazione metropolitana, più leggera e meno impegnativa, fatta per essere consumata rapidamente per la strada e non più comodamente seduti nella pace dei conventi o nei salotti aristocratici. È proprio nei dolci di Natale che si rivela maggiormente l'origine monastica di molte di quelle «cose di zuccaro» che già nel Cinquecento costituiscono un vanto di molti luoghi sacri del Belpaese. Molti dei dolci natalizi nascono, con buona probabilità, dall'uso di elaborare ricette prive di grassi animali, ma in compenso ricche di miele, per i cosiddetti giorni di magro: come appunto la vigilia di Natale. La presenza del miele si spiegherebbe, inoltre, con delle tradizioni che associano il miele e le api alla figura di Cristo, facendo nascere addirittura i preziosi animaletti dalle lacrime del Salvatore. Secondo un'altra leggenda mediterranea la notte della nascita di Cristo vi fu una prodigiosa pioggia di miele e tutti gli anni, in quello stesso giorno, regnerebbe sul mondo una grande dolcezza.

Realizzazioni terrene della dolcezza soprannaturale del Natale sono dunque i dolci sfornati dai numerosi monasteri che alimentano ancora l'immaginario festivo degli italiani, specialmente del Sud. Al tempo stesso ne assolvono i peccati di gola in nome delle ragioni superiori della devozione. Proprio «devozioni», infatti, vengono chiamati a Napoli tutti quei cibi che la tradizione gastronomica lega alle feste. Dagli irrinunciabili struffoli – palline di pasta fritte e immerse nel miele e confetti al sapore di anice – ai profumatissimi rococò e sapienze – un biscotto circolare il primo, a forma di S il secondo – nati nel convento domenicano della Sapienza, entrambi a base di mandorle, miele, cannella e noce moscata. E ancora il Divino Amore, una squisita pasta di mandorle aromatizzata con agrumi per cui andava celebre l'omonima comunità monastica. E i raffioli, ovvero ravioli, ripieni di ricotta e ricoperti di glassa di zucchero, vanto delle suore domenicane del monastero di San Sebastiano, nel ventre di Napoli, a due passi dal glorioso Conservatorio di San Pietro a Maiella. Quest'ultima golosità risale almeno al Cinquecento. Viene infatti menzionata da Giordano Bruno che, in una scena del Candelaio, parla dei «gravioli di S. Bastiano» come di un dono ambitissimo, un sistema infallibile per far breccia nel cuore di ogni donna.

Un'altra capitale della pasticceria conventuale è Palermo, dove i più importanti ricettari erano monopolio esclusivo dei grandi monasteri femminili. Ciascuno di quei luoghi di clausura aveva la sua specialità, il suo distintivo gourmand. Come i fruttini di pasta di mandorle del convento della Martorana, i cannoli e le cassatelle della Badia Nuova. Non

meno rinomati erano i nucàtili, o nucatoli, natalizi a base di mandorle, miele e canditi, vanto del monastero di Santa Elisabetta. Nonché i muscardini, detti anche ossa di morti, che le suore della Concezione sfornavano in occasione della festa dei defunti o per il Festino di Santa Rosalia. E l'elenco siciliano di cosi duci di li batii, letteralmente cose dolci delle abbazie, è ancora lungo. Basti ricordare le conchiglie di pasta reale delle monache del Santo Spirito di Agrigento e i biscotti ricci delle benedettine di Palma di Montechiaro, conosciuti come i biscotti del Gattopardo.

La profondità e la densità di questa memoria, che qualche volta si fa dolce come il miele, affondano nelle profondità del mondo mediterraneo e nei suoi riti legati alle divinità che simboleggiavano la morte e la rinascita della natura.

È il caso della pastiera, gloria della pasticceria partenopea e simbolo della Pasqua, che ricorda i rituali che a primavera celebravano la morte e la resurrezione degli antichi dèi della vegetazione, come Adone, Attis, Tammuz e altri, tutti nati da una dea vergine, proprio come Gesù. In molti paesi mediterranei le donne che piangevano il dio morto dovevano astenersi dal mangiare cibi a base di grano macinato. L'obbligo liturgico prescriveva invece il consumo di focacce a base di grano macerato, uvetta e acque di fiori. La celebrazione pasquale del Cristo morto e risorto discende con ogni probabilità da queste cerimonie. Il che spiegherebbe perché la pastiera sia fatta con chicchi di grano macerati nel latte, aromatizzati con l'acqua di fiori, arricchiti di pezzetti di frutta candita e mescolati all'uovo, il più simbolico degli ingredienti, emblema della vita che rinasce e dunque della festa di Resurrezione per antonomasia. Molte leggende medievali paragonavano Cristo che esce dal sepolcro a un pulcino che viene fuori dall'uovo. La pastiera è dunque molto più di una squisitezza giustamente celebre. È un inno alla vita che rinasce. Una torta che profuma di natura in fiore.

Carnevale fa rima con maiale

Una leggenda popolare molto diffusa nell'Italia contadina narra che una volta al mondo non c'era il fuoco. Così gli uomini, spinti dal freddo e dalla fame, chiedono aiuto a sant'Antonio Abate, il quale sapendo che il fuoco si trova solo all'inferno decide di andare a prenderlo.

Prima di fare il santo, Antonio era stato porcaio, e un maialino della sua mandria non l'aveva mai voluto abbandonare e lo seguiva sempre. Così sant'Antonio, col suo porcellino e il suo bastone di legno di ferula, si presenta alla porta dell'inferno e bussa. «Apritemi – dice – che ho freddo e mi voglio riscaldare!».

I diavoli, che hanno riconosciuto il santo, non vogliono farlo entrare. Ma l'astuto maialino, approfittando di un attimo di distrazione dei demoni, riesce a intrufolarsi nell'inferno dove comincia a correre grufolando dappertutto e mettendo sottosopra ogni cosa. I diavoli tentano invano di acchiappare il porco, ma è tutto inutile e allora, disperati, chiedono al santo di venire a riprendersi l'animale. Una volta entrato, Antonio, non meno furbo del suo compagno, comincia a tormentare i diavoli col bastone facendoli inciampare. I demoni inferociti gli strappano l'asta e la gettano tra le fiamme. Come per incanto il porcello ricomincia a seminare lo scompiglio. «Se volete che lo faccia quetare – dice Antonio – ridatemi il mio bastone». I diavoli acconsentono, ma restano gabbati, perché il legno di ferula ha il midollo spugnoso, e se una scintilla ci s'infila dentro, continua a bruciare di nascosto. Tornato nel mondo dei vivi sant'Antonio alza al cielo il bastone con la punta infuocata e lo gira tutto intorno facendo volare le scintille, come per impartire la

benedizione. Da quel momento, con gran contentezza degli uomini, c'è il fuoco sulla terra. Così il santo se ne può tornare nel deserto a meditare.

Autentico mito d'origine del fuoco questa leggenda presenta il santo porcaio come un Prometeo cristiano, al tempo stesso astuto e giocherellone. E rappresenta un tipico esempio di rielaborazione popolare dell'agiografia ufficiale. Secondo la quale Antonio era, in realtà, un eremita egiziano del III secolo, che scelse di vivere nel deserto votandosi alla castità e alla povertà. Potente taumaturgo e guaritore, il santo venne a più riprese tentato dal diavolo che gli apparve in forma di maiale, o secondo altre fonti, nelle vesti di una donna bellissima quanto lasciva.

Il racconto delle tentazioni del santo non ha ispirato solo l'immaginario devoto, ma anche quello di pittori come Hieronymus Bosch, che dedicò al tema due capolavori visionari come Il trittico delle tentazioni del Prado e quello di Lisbona. O come Pieter Bruegel che con la celebre tela raffigurante le Tentazioni di sant'Antonio folgorò Gustave Flaubert. O registi come Federico Fellini che nell'episodio Le tentazioni del dottor Antonio attualizza il racconto popolare nelle peripezie di un bacchettone della prima repubblica, interpretato da Peppino De Filippo, tentato fino alla follia da una diabolica Anita Eckberg.

Le tradizioni popolari di fatto hanno ristilizzato la figura canonica del santo asceta per renderla più familiare, più vicina ai problemi e ai bisogni del popolo contadino. Così la signoria sul fuoco delle passioni infernali diventa signoria sul fuoco tout court, la resistenza eroica contro le tentazioni della carne diventa il suo contrario, cioè amicizia col porco che le incarna. E la santità diventa taumaturgia, potere di guarire le malattie degli uomini e degli animali, preziosi per la sopravvivenza. Non è un caso che proprio con il lardo venisse curato nel Medioevo l'herpes zoster, la patologia comunemente nota con il nome di «fuoco di sant'Antonio».

La reinterpretazione popolare trasforma dunque il santo in un protettore furbo come Bertoldo. Infatti il male che guarisce evoca sì le fiamme dell'inferno. Ma non più l'inferno della teologia, il carcere a vita delle anime. Perché sant'Antonio ha trasformato il fuoco eterno in fuoco amico. Se, infatti, nella severa religiosità ufficiale è proprio la debolezza della carne ad allontanare l'uomo dalla sua salvezza, nella cultura popolare è proprio nel segno della carne e della festa che l'uomo si salva e si riconcilia con se stesso e con gli altri. Come succede a Carnevale. Che in tutta Europa inizia proprio il 17 gennaio con l'accensione di giganteschi falò, detti «fuochi di sant'Antonio».

E, come tutti sanno, Carnevale fa rima con maiale. Per la festa più trasgressiva, la bestia più allusiva. È dal Medioevo che il porco è il vero re del periodo più grasso dell'anno. Sotto forma di salsicce, sanguinacci, ciccioli, frittelle, salami, lardo. E, in senso figurato, per le porcherie consentite dalla licenziosità festiva. Un simbolismo che risale a ben prima del cristianesimo. Tanto che già Aristotele attribuiva al suino una natura sessuale particolarmente calda, facendone il simbolo di un desiderio insaziabile. Voluttuoso, ma anche generoso. Del maiale, si sa, non si butta via niente. Per una società opulenta e permissiva come la nostra è difficile comprendere la frenesia collettiva che a Carnevale trasformava un'umanità affamata e repressa in una comunità orgiastica. Semel in anno licet insanire, ovvero una volta l'anno è lecito fare cose da pazzi. Svestirsi, travestirsi, mascherarsi, ribellarsi. E, naturalmente, abbuffarsi, di cibo e di sesso. Ecco gli imperativi della baldoria carnevalesca. Gli uomini diventano donne, le donne uomini, i servi padroni, i peccatori preti, i vecchi bambini. I ruoli si confondono e le regole saltano come tappi di champagne. In questo clima effervescente ciascuno è libero di fare i suoi «porci» comodi.

Un'esplosione di piacere rigenerativo e vitale. Da controllare e correggere. Tant'è che appena spenti gli ultimi fuochi del Carnevale l'eccesso festivo lasciava il posto al pentimento. Alle follie del martedì grasso succedeva l'austerità della Quaresima. Quaranta giorni di astinenza da ogni piacere della carne. La mortificazione contro la trasgressione. Una lotta che si combatte ancora oggi. Con la censura dietetica al posto di quella religiosa. E con il politically correct che esercita sulla nostra vita un controllo quaresimale. Per la salvezza di anima e glutei.

Nell'Europa contadina si credeva che la notte del 16 gennaio, alla vigilia della sua festa, il santo passasse per tutte le stalle chiedendo agli animali come fossero stati trattati nel corso dell'anno dai padroni. Il taumaturgo avrebbe benedetto coloro che si erano mostrati buoni con i loro animali e maledetto quelli che li avevano sfruttati e maltrattati senza pietà. Proprio a scopo protettivo si appendeva nelle stalle l'immagine di sant'Antonio circondato da bestie di ogni sorta e con in mano il fuoco ardente.

Non è un caso che il culto del signore degli animali fosse particolarmente vivo in quei territori dove la macellazione dei suini costituisce da sempre il fondamento dell'economia locale. Come San Daniele del Friuli, uno dei santuari mondiali del prosciutto, che ha dedicato a sant'Antonio Abate una chiesa che è conosciuta come la Sistina del Friuli. O l'Emilia contadina, con le sue innumerevoli Lotterie del porco che avevano luogo il 17 gennaio.

O ancora l'Abruzzo, dove il maiale e il santo regnano sovrani. E dove il giorno della sua festa in molte località si mettono in scena le tentazioni di sant'Antonio. Con gruppi di suonatori che vanno in giro intonando lu sandandonio, una canzone di questua che racconta le gesta del santo in termini molto profani. Trasformandolo in un astuto gourmet espertissimo nell'arte di arrangiarsi. Un perfetto briccone divino, il doppio soprannaturale di un contadino alle prese con una fame atavica. Ecco un esempio del canto, reso celebre da interpretazioni storiche come quelle dei Gufi e di Giovanna Marini. «Sand'Andonie a lu desertu, se mmagneva li tajuline, Satanasse pe dispiette, je s'arrobe la furcine, sand'Andonie nze ne lagne, con la mani se li magne» (Sant'Antonio nel deserto, si mangiava i tagliolini, Satana per dispetto, gli ruba la forchetta, sant'Antonio non fa una piega, e li mangia con le mani).

Ma ancor più sorprendente è ritrovare l'associazione tra il santo e i suini nel disciplinare di produzione di un prodotto Igp come il lardo di Colonnata. L'articolo 5 del documento, infatti, annovera tra le prove dell'origine locale del prodotto proprio «il culto locale di sant'Antonio Abate, considerato nei secoli ispiratore delle guarigioni del "fuoco sacro" attraverso applicazioni di lardo sulla pelle».

Mai come in questo caso la certificazione appare sacrosanta.

L'apostolo dei pesci

Il sampietro è decisamente un pesce da leggenda. Aristocratico nel gusto, evangelico nello spirito. Al punto da meritarsi il titolo di pesce di Cristo. Mentre Linneo lo battezzò Zeus faber, mettendo così l'accento sull'allure divina di questo re del mare. Nonché sul suo mimetismo, degno dell'antico dio delle metamorfosi, che gli consente di cogliere di sorpresa le sue ghiotte prede. Di preferenza seppie, pesciolini e crostacei. Con buona pace del plancton, che in realtà è un cibo da poppanti acquatici.

Questo autentico gourmet delle profondità si distingue dal quarto stato del mare non solo

per i suoi gusti esclusivi, ma anche per le sue alte frequentazioni che lo hanno reso celebre nell'intero orbe terracqueo. Racconta in proposito l'evangelista Matteo che Gesù, dovendo pagare la tassa annuale al tempio e trovandosi in bolletta, disse a Pietro di andare in riva al mare e di mettersi a pescare. Il primo pesce ad abboccare al suo amo avrebbe avuto fra i denti una moneta d'argento. Pietro eseguì alla lettera. La leggenda vuole che nello sforzo di aprire la bocca della preda l'apostolo abbia lasciato impresse le sue dita sui due lati del pesce. Da allora tutti gli esemplari di quella specie non solo portano il suo nome, ma hanno anche le sue impronte scure sui fianchi. Come due occhi sbarrati.

I naturalisti, con spirito decisamente più scientifico, ritengono che i finti occhioni laterali creino un'illusione ottica facendo credere che un pescetto monoporzione sia un bestione da trancio. Un geniale espediente della natura per tenere alla larga i predatori. Una forma di dissuasione al servizio dell'evoluzione.

Così l'apostolo dei mari è entrato nella storia del cristianesimo nei panni di un benefattore miracoloso, un bancomat degli abissi. E che sia tenuto in gran conto un po' dovunque lo dimostrano i nomi che gli vengono attribuiti qua e là. Gli inglesi lo chiamano John Dory e i francesi Dorée, con un esplicito riferimento al compito del santo pescatore di custodire le porte del regno dei cieli. The doors, insomma. I musulmani invece, non riconoscendo i santi cristiani, ricorrono al non meno lusinghiero appellativo di pesce di dio. Che nel Mediterraneo prende anche il nome di pesce gallo o pesce cetra per la sua pinna dorsale appariscente come una cresta. O come un pennacchio da elmo. Tanto che nel 1554 il grande zoologo francese Guillaume Rondelet nel De piscibus marinis raffigura questo pleuronettiforme come una specie di santo guerriero, un mostro sacro con la chioma agitata dalle acque. E che si tratti di una bestia non comune lo testimonia il fatto che nuota coricato su un fianco e non è affatto muto come un pesce. Al punto che preso nella rete grugnisce come un porcellino. Più che una semplice creatura marina il sampietro sembra insomma una macchina dello stupore, un oggetto da wünderkammer fatto apposta per stuzzicare la fantasia di naturalisti sognatori, capaci di guardare oltre le cose. Come l'astronomo di Vermeer, quello che fa comparire il cielo in una stanza. E il mare in un piatto.

Parte quinta. Fusion

Denominazioni di origine incontrollata

In principio furono i popoli, poi vennero cibi e vitigni. E l'autoctonia da designazione etnica e sociale diventò denominazione enogastronomica. Un modo per rivendicare l'antico radicamento territoriale di tradizioni e produzioni, una certificazione d'origine insomma. Come a dimostrare che la natura ha voluto fare un dono particolare a chi abita certi luoghi, che una terra ha voluto premiare i figli nati dal suo grembo concedendo loro in esclusiva, e dall'inizio dei tempi, i frutti del suo ventre.

In realtà si tratta di miti d'origine quasi mai confermati dalla storia. Che, interrogata con animo spassionato, senza campanilismi e senza mercantilismi, ci dice l'esatto contrario. E cioè che l'autoctonia è un mito sia sul piano sociale che su quello gastronomico. E che la storia dell'alimentazione, come la storia tout court, è frutto di migrazioni, di mescolanze, di prestiti. Perché quel che lega un cibo a una terra – proprio come quel che lega un costume a un popolo – non è la nascita ma l'adozione. E soprattutto la dedizione che gli abitanti di un territorio hanno messo nel far propri un cibo, una pianta, una razza animale

nati altrove.

In realtà la cucina è per definizione etnica e meticcia. Altrimenti non sarebbe nemmeno cucina. Perfino il piatto più tradizionale, la più locale delle tipicità hanno dentro la traccia dell'altro. Sono il frutto di un matrimonio misto.

Non è un caso che gli ingredienti base delle nostre gastronomie regionali vengano da paesi lontani. Sono degli stranieri che ci mettiamo nel piatto. Qualche volta arrivano come immigrati clandestini, usati ma guardati con diffidenza e tenuti ai margini della cucina prima di conquistare le glorie della tavola e di finire, come accade oggi, canonizzati dal dop. Guai se non ci fossero. La dieta mediterranea non sarebbe mai nata senza l'americanissimo tomate. Dalla conserva che gli aztechi vendevano al mercato di Tenochtitlán tremila anni prima della scoperta dell'America – quando noi eravamo ancora al formaggio di capra e Polifemo tirava sassi ai ladri di cacio come Ulisse – al San Marzano dop il passo non è breve. Ci sono voluti tremila anni per reinventare il triplo concentrato che i precolombiani conoscevano benissimo. E prima di convincerci della sua bontà ed essere promosso al rango di pummarola il povero pomodoro ne ha passate di cotte e di crude. Piazzato sui davanzali come un inutile tronchetto della felicità o regalato alle dame della corte del Re Sole come dichiarazione d'amore. Pianta ornamentale o pianta ruffiana, tutto tranne che commestibile. È solo nell'Ottocento che la salsa rossa trionfa grazie all'incontro con la pasta. Altra gloria nostrana che ci viene un po' dagli arabi, un po' dai cinesi. Stessa cosa si può dire delle piante americane come i peperoni, che Colombo dopo averli assaggiati giudicò incommestibili. E della patata, che nessuno si sarebbe sognato di mangiare fino a quando monsieur Parmentier non la sdoganò aprendo così la strada alle francesissime frites – che Roland Barthes considerava un emblema della francesità – e ai napoletanissimi gattò e crocchè.

Le nostre meravigliose parmigiane non esisterebbero se le melanzane non fossero arrivate dall'Oriente. Come le narany, italianizzate in arance, ma chiamate nei diversi dialetti nostrani anche portogalli, portugaj, partajalli, portügal – in greco portokáli, in romeno portocala e in arabo burtuqal – perché furono i portoghesi dalle loro colonie indiane a diffonderle massicciamente in tutta Europa. Senza dire dell'azteco mais, cereale sacro all'impronunciabile dio Centeocihuatll, senza il quale la razza Piave non avrebbe mai mangiato polenta.

In realtà la storia dei prodotti autoctoni è fatta di contaminazioni e di migrazioni. Di seduzioni e di colonizzazioni. Ma, quel che veramente conta, soprattutto di integrazioni.

A tavola come altrove, dunque, siamo tutti meticci, almeno da qualche millennio. La parola stessa «meticcio» deriva da mescere. E ogni ricetta non è altro che una mescolanza di ingredienti diversi che diventano una sola cosa. Si integrano. Proprio come oggi si integrano gli uomini e le comunità. O le parole straniere che entrano nella nostra lingua e in poco tempo ci sembrano assolutamente familiari.

I cibi dunque si sono sposati fra loro molto prima degli uomini. La differenza è che quelli che una volta erano processi di prestito, di diffusione, di integrazione lunghi e secolari, adesso trovano nella globalizzazione un mixer che produce nuovi meticciati a velocità sempre maggiore. Il chutney indiano sprovincializza le nostre mostarde, lo zenzero e i semi di papavero condiscono pici e tajarin. Il wasabi nobilita in sushi anche il più ordinario dei nostri pescetti facendolo letteralmente «resushitare». E il curry piove provvidenzialmente sull'agnello impedendogli di finire unicamente a scottadito o abbacchiato con le patate. Così sperimentiamo nuove ricette per vivere insieme. E la tavola

diventa la prova generale dell'umanità di domani.

Quante storie per un Babà

Il babà è da sempre al centro della mitologia culinaria napoletana. È un dolce per tutte le stagioni, slegato tanto dalle feste religiose come Natale e Pasqua, quanto dalle occasioni rituali come battesimi e matrimoni. Ogni momento è quello buono per assaporare un babà in versione monoporzione nella tradizionale forma bouchon, che ricorda il tappo di una bottiglia di champagne stretto sotto e a cupola sopra, oppure a fette quando il babà si presenta grande e con la tipica forma a ciambella con il foro al centro. Eppure quello che oggi viene considerato da tutti una tipicità napoletana e campana, un cibo totem che più di altri è diventato un simbolo gastronomico della dolce vita all'ombra del Vesuvio, non è nato qui. Ad inventarlo agli inizi del Settecento è stato un re polacco, Stanislao Leszczy?ski che visse parte della vita in esilio nella città francese di Luneville, dove il suo pasticciere cercava di alleviarne le pene politiche sfornando continuamente nuove creazioni. Questo maestro dell'arte dolciaria era nientemeno che Nicolas Stohrer, l'inventore di alcuni tra i dolci più celebri della gastronomia europea.

Secondo la leggenda un giorno il re polacco ebbe l'idea di inzuppare nel Madeira, un vino liquoroso prodotto a Malaga, un kugelopf, il dolce tradizionale mitteleuropeo, che somiglia ad una focaccia. Imbevuta del liquido zuccherato e profumata di uva passita, la delizia conquistò il palato del re che decise di battezzare il nuovo dessert con il nome di Alì Babà, il suo personaggio preferito nelle fiabe delle Mille e una notte. La versione dei fatti riportata dagli eredi di Stohrer è invece diversa. Ad inventare il dolce sarebbe stato il loro antenato che immerse nel vino di Malaga della pasta di brioche per poi farcirla con della crema pasticcera aromatizzata allo zafferano, dell'uva passa e dei chicchi d'uva fresca fatti macerare nello stesso vino. Al re sarebbe invece venuta l'idea, anch'essa ben riuscita, di chiamarlo Alì Babà.

Qualche tempo dopo il babà e Stohrer approdarono alla reggia di Versailles al seguito della figlia di Leszczy?ski, Maria, che sposò nel 1725 il re di Francia Luigi XV. Al geniale pasticciere polacco venne concessa la licenza di aprire una pasticceria al centro di Parigi, più precisamente al numero 52 di rue Montorgueil, dove la prestigiosa insegna campeggia tuttora come allora ed è ancora possibile assaggiare la versione originale del babà, assieme a molte variazioni come il baba chantilly farcito di crema chantilly, il baba aux fruits, guarnito con ciliegie e albicocche secche ammorbidite nel rhum, fino al baba au rhum, dal quale più direttamente discende il babà napoletano. Che si distingue dalla versione d'oltralpe per la sua straordinaria leggerezza, ottenuta con la triplice lievitazione della pasta, che viene imbevuta di rhum diluito con uno sciroppo di acqua e zucchero, nonché per la laccatura esterna ottenuta con della marmellata un po' liquida di albicocca che impermeabilizzando l'esterno del dolce consente all'interno di rimanere umido e morbido per molti giorni. Si può dire che a Napoli il babà si alleggerisce, passando dalla severa ricchezza originaria alla sfiziosa leggerezza, tipica del temperamento partenopeo.

Probabilmente il merito di alcuni di questi correttivi va attribuito al già citato Anthelme Brillat–Savarin, autore della Fisiologia del gusto, una vera e propria Bibbia della gastronomia di tutti i tempi, che nell'Ottocento mette a punto una nuova versione del cavallo di battaglia di Stohrer eliminando dall'impasto l'uvetta, aggiungendo il burro e soprattutto dandogli per la prima volta la forma di ciambella per poterlo farcire al centro con crema e frutta sciroppata. Nelle pasticcerie campane questa versione è tuttora molto

frequente e si chiama proprio babà savarin, ha la crema gialla e le amarene, anche se da un po' di anni a questa parte la si abbina con panna e fragoline di bosco.

Se il babà nasce a Parigi è certo che rinasce a Napoli. E questa seconda nascita è decisiva per la storia di un dolce che deve la sua fama soprattutto alla versione partenopea. Molto probabilmente furono decisivi i cosiddetti monsù, i cuochi francesi che lavoravano nei palazzi aristocratici napoletani, artefici di uno straordinario meticciato fra la tradizione napoletana e la cucina francese che si può riconoscere in piatti straordinari come il gattò di patate e la pasta al gratin.

Il babà è insomma il risultato di una triplice alleanza gastronomica tra Polonia, Francia e Napoli, che ha saputo dare a questo dolce il suo decisivo imprinting mediterraneo, rifacendolo a sua immagine e somiglianza. Il risultato è un capolavoro di altissima pasticceria alla portata di tutti, come molte delle gourmandises italiane. Che mescolano alta gastronomia e cucina di strada, sapore e leggerezza. In breve un dolce aristocratico e popolare. Che conquista il palato ma anche l'immaginario dei napoletani i quali ne fanno una vera e propria categoria della dolcezza, il segno di un carattere sensualmente morbido. Tanto è vero che dare a una persona del babà è poco più di una dichiarazione d'amore.

Cafè express

Ah che bellu cafè, sulo a Napule 'o sanno fa': cantava così Domenico Modugno in quello che è diventato il jingle planetario dell'espresso partenopeo. Grazie anche alla geniale variazione di Fabrizio De André, che fa del caffè il simbolo straniato e surreale di una napoletanità stravolta. Di una passione à bout de souffle che nasce nel Settecento quando la miscela arabica entra a far parte integrante della cucina napoletana. Diventando ben presto la bevanda sociale della città. Dove ancora oggi dire «ti offro un caffè» significa né più né meno che «incontriamoci, passiamo un po' di tempo assieme». È un'espressione di cortesia che non va presa alla lettera e che non obbliga a bere effettivamente 'a tazzulella. Chi non conosca questi codici elementari rischia di commettere, seppur involontariamente, una scortesia rispondendo all'invito con un raggelante: «no grazie, l'ho già preso».

Già a fine Seicento il caffè a Napoli è un articolo di fede. Al punto che un trattato ecclesiastico del tempo pone la questione se si possa berlo durante la Quaresima senza infrangere l'obbligo del digiuno. La risposta è sì. Si può bere senza commettere peccato perché a differenza della cioccolata – che è un vero alimento, un cibo a tutti gli effetti – il nero bollente è una bevanda.

La definitiva napoletanizzazione dell'infuso esotico si trova nei due testi sacri della cucina napoletana del Settecento: La cucina teorico–pratica di Ippolito Cavalcanti e Il cuoco galante di Vincenzo Corrado. Che è forse il primo a darci una ricetta per la preparazione della crema fredda al caffè che si può considerare l'antenata del gelato gusto moka. Il grande gastronomo descrive la tostatura con tutto il suo insieme di tecniche, strumenti, accorgimenti, comandamenti. Per esempio come abbrustolire i chicchi evitando la perdita dell'olio per assicurare alla tazzulella il suo inconfondibile gusto rotondo e dolce. Ma il contributo fondamentale della cultura napoletana alla storia della spremuta di kava è certamente l'invenzione ottocentesca della napoletana, la caffettiera che consente di far passare l'acqua bollente attraverso un filtro di metallo grazie ad un gesto semplicissimo come quello del capovolgimento del recipiente, senza alcuna dispersione di calore e di vapore, conservando tutto l'aroma della miscela. Fino ad allora la preparazione più diffusa

era quella alla turca. Tra Otto e Novecento la preparazione del caffè con la macchinetta autoctona diventa un vero e proprio rituale, con testimonial illustri come Eduardo De Filippo che in Questi fantasmi detta le regole del decalogo della caffetteria. Facendone una sorta di poetica sociale.

Nello stesso periodo nasce anche la figura del caffettiere ambulante, un nuovo mestiere popolare che si giustifica con il larghissimo uso della bevanda di cui si vendono tantissime miscele per tutte le tasche. Il caffè diventa la bevanda per antonomasia. Quella che veicola le relazioni sociali e crea una rete di scambi, scorrendo direttamente nelle vene della comunità. Tutti hanno diritto al caffè. Anche i più poveri. A questi è riservato il «caffè di ginocchio» fatto con i fondi che il barista depone in un cassettino all'altezza delle ginocchia e che gli ambulanti comprano a fine giornata per seccarlo e preparare un caffè «a salve» venduto ai più poveri a prezzi stracciati. Ma per i meno abbienti c'è anche il «sospeso». Questa forma di solidarietà, che sta tornando in auge dopo un lungo declino, è una sorta di beneficenza a base di caffeina, senza destinatario apparente. Che consiste nel pagare due caffè bevendone uno solo. L'altro resta, appunto, sospeso, a beneficio di ignoti. È l'insindacabile giudizio del barista ad attribuire il dono.

Un piacere che per esser tale deve essere socialmente condiviso, un acceleratore di particelle comunitarie. Non a caso, oltre che al risveglio, i napoletani sono al primo posto in Italia per consumo di caffè nel corso della mattinata e durante il pomeriggio, cioè lontano dai pasti. Quando il caffè è soprattutto uno sfizio e un vizio, un cerimoniale collettivo, un orologio che scandisce i momenti del giorno. Non solo break ma piuttosto pit stop. Come succede fra mezzogiorno e l'una, quando il resto d'Italia va a tavola mentre sotto il Vesuvio si beve un caffè. E la città riparte a tavoletta fino al pranzo delle due e mezza.

E comunque cosa sia il caffè per i partenopei lo dice meglio di ogni statistica la canzone, che della Napoli popolare resta il medium culturale più efficace, trasversale, interclassista. All'inizio del Novecento si cantava 'A tazza 'e cafè, dove una donna, la bellissima Brigida, viene paragonata alla tazzina di caffè che sotto l'amaro nasconde tutta la sua dolcezza. Lo sanno bene i baristi esperti che manovrano con sapienza le leve della macchina per distillare il liquido goccia a goccia. Attutendone la caduta con un soffice cuscinetto di zucchero poggiato sul fondo della tazzina, rigorosamente rovente. Da metafora erotica durante la Belle Epoque, 'a tazzulella 'e cafè viene trasformata da Pino Daniele nel simbolo politico della rimozione dei problemi della città, che dimentica i suoi mali in un espresso. Purché sia buono of course. Perché se non è buono che piacere è?

È nata prima l'anatra o l'arancia?

È nata prima l'anatra o l'arancia? Per i francesi la domanda non suona peregrina visto che nella loro cucina il frutto appartiene al pennuto come l'uovo alla gallina. Creatura e creatore del piatto simbolo della gastronomia d'oltralpe. E della sua proverbiale, talvolta supponente, ricercatezza. Tale da ispirare battute memorabili come quella di John Belushi nei Blues Brothers. All'amico Matt «Guitar» Murphy che gli chiede come si sta in carcere, l'incontenibile Jake risponde: «Ah, un cesso. Facevano un'anatra all'arancia schifosa» (nota per i cinefili: nella sceneggiatura originale è una pepper steak). E suo fratello Joliet, al secolo Dan Aykroyd, chiosa: «le cucine federali sono in ribasso».

Peccato che sulla grandeur cucinaria dei nostri cugini sventoli il gonfalone di Firenze. Perché dietro il canard à l'orange si nasconde il toscanissimo paparo al melarancio, portato

a Parigi da Caterina de' Medici. Che sbarca nella capitale con una brigata di cuochi italiani armati di mostarde di frutta, uve di Smirne, pinoli, agrumi e rivoluziona il mangiare di corte. Inventando di fatto la cucina francese.

Nel Belpaese, infatti, l'associazione tra carni, verdure e frutti risale almeno ad Apicio. Basti pensare che il fegato deve il suo nome ai fichi, con i quali veniva cucinato d'habitude. E non è tutto, perché per renderlo dolce i quiriti, e prima di loro i greci, ingozzavano gli animali di fichi maturi. Come dire che il foie gras è da sempre una ficata.

Questa antica contaminazione prova che la retrocessione della frutta a fine pasto, o addirittura a semplice rompidigiuno, è molto recente. Non c'è bisogno di scomodare le cucine rinascimentali con i loro sontuosi contrappunti di ossimeli, agresti, mosti, datteri, pistacchi, canditi, acque di rosa, che fanno dei menù aristocratici dei madrigali da mangiare. Anche le gastronomie popolari mescolano da sempre pollame e prugne, maiale e mele, salsicce e passolina, selvaggina e frutti di bosco, ceci e castagne. E perfino i più poveri, costretti a far le nozze coi fichi secchi, ci hanno lasciato un patrimonio di fantasia combinatoria. Pasta con le sarde, scarole saltate, polpette, baccalà. Tutti piatti nati dal bisogno e miracolati dalla semplice aggiunta di uvetta e pinoli. Come i tortelli e i cappellacci lo sono dalle mostarde e dagli amaretti. E le verze e i crauti dalle mele renette.

Adesso la globalizzazione gastronomica, con annessa scoperta di cucine etniche ed esotiche, ci aiuta a ricordare delle cose che sapevamo ma avevamo dimenticato. Al punto che negli anni Ottanta il pollo alle mandorle degli chef cantonesi sembrava una cosa dell'altro mondo. E il rampante risotto con le fragole un esercizio di pop art culinaria. Ora che siamo cresciuti abbiamo imparato, si spera una volta per tutte, che non c'è ragione di distinguere dolce e salato più di quanta ce ne sia nel separare frutta e verdura. Ma quante insalatone e centrifughe ci sono volute per riconoscere che papaya e gamberetti non sono che i figli globish di prosciutto e melone. Che a loro volta erano i rampolli imborghesiti di due contadini doc come cacio e pere. E adesso migra verso le nostre tavole l'intera famiglia dei frutti tropicali in cerca di fortuna. Cocco e i suoi fratelli.

Giallo limone

Se cogliere la prima mela fu un peccato originale, staccare il primo limone fu una fatica di Ercole. Lo Schwarzenegger dell'antichità si spinse infatti fino al punto estremo dell'Occidente per rubare il mitico agrume nel giardino delle Esperidi. Un viaggio al termine della notte per regalarci il frutto della luce. Da quel lontano giorno i limoni sono le trombe d'oro della solarità, per dirla con Eugenio Montale, il simbolo del bagliore energetico delle lucenti terre del Sud. Inizia così l'irresistibile ascesa del frutto che tinge di giallo la storia e la gastronomia del Mediterraneo facendo dell'Italia il paese dove fioriscono i limoni. I primi a coltivarlo furono gli arabi di Sicilia. Poi gli astuti mercanti amalfitani fiutarono il business e trasformarono la divina costiera e la penisola sorrentina in un trionfo di agrumi. Vertiginose terrazze sul mare, dove ancora oggi le piante vengono protette dalla brezza marina che ne disperderebbe il polline con delle rastrelliere di cannucce sorrette da altissimi pali di legno che hanno creato una filigrana arborea, un labirinto di limoni legati a queste terre fin nel nome: sfusato di Amalfi, gloria di Amalfi, ponzino amalfitano, giallo di Maiori, femminiello di Sorrento, lunario di Massa Lubrense, limone–pane procidano. Nonché il limoncello che in realtà in origine è il nome di un piccolo limone verde simile al lime dei Caraibi. Un frutto ideale per la canditura e l'aromatizzazione, lo dice già il gastronomo seicentesco Giovanni del Turco nel suo

Epulario, dalla buccia sottile e intensamente aromatica, da cui deriverebbe il nome del liquore più amato dagli italiani. E non solo. Visto che questo spirito fai da te è assurto alle glorie della scena pop da quando la rockstar Avril Lavigne, sulle note di I can do better, ha trasformato il più familiare degli ammazzacaffè in un simbolo planetario dell'eccesso dionisiaco. «I will drink as much Limoncello as I can and I'll do it again and again». Roba da far rabbrividire di voluttà.

In verità il limone con il piacere dei sensi un rapporto stretto lo ha sempre avuto. Lo dicono parole come «limonare» che alludono proprio a dei contatti ravvicinati di un certo tipo. Forse perché una volta i limoni venivano venduti a coppie e gli innamorati nell'Italia del Nord venivano chiamati tradizionalmente limoncini.

Una sintesi di sensualità e di grazia che fa di questi agrumi dei simboli di perfezione naturale, ma anche soprannaturale. Non a caso nella cultura ebraica il cedro, il biblico etrog, è protagonista incontrastato della festa di Sukkoth, ovvero delle capanne, che rievoca l'esodo dall'Egitto. Buon sapore e buon odore. Sapienza e bontà. Sono queste le ragioni che fanno del citrus medica l'emblema di uno stato di grazia, di un circolo virtuoso che lega uomo, natura e dio. E che si materializza nei meravigliosi agrumi calabresi della costa dei cedri. Meta prediletta dei rabbini di tutto il mondo che vengono a Diamante e nei paesi vicini a scegliere i frutti uno per uno. Perché solo se sono perfetti la festa è santificata. Garantito al limone.

Sapore di sale

Un celebre verso di Dante Alighieri che fa della privazione dei sapori familiari il simbolo stesso dell'amarezza dell'esilio recita così: «Tu proverai sì come sa di sale lo pane altrui». Il sapore di sale è qui metaforico, ma al tempo stesso letterale. Al punto che illustri commentatori della Divina Commedia vi hanno letto un'allusione all'opposizione fra il pane toscano, tradizionalmente insipido, e quello salato del resto d'Italia.

Peraltro il ricorso al sale come metafora è molto antico e, per quanto ci riguarda, risale a quella fonte del pensare occidentale che sono le Scritture. Valga per tutti l'esempio del Discorso della montagna riportato nel Vangelo di Matteo, dove Gesù dice: «Voi siete il sale della terra; ma se il sale diventa insipido, con che lo si salerà?».

In entrambi i casi è posta la questione del sapore del sale. In altre parole, esiste il gusto del sale o questo, con buona pace di Gino Paoli, non è che un semplice seppur indispensabile esaltatore del gusto? Il prezioso minerale ha, infatti, la funzione essenziale di articolare il linguaggio dei sensi. Pur non sapendo di se stesso esso è tuttavia necessario a distinguere i sapori, a dar loro forma e riconoscibilità. Detto ancora diversamente, il sale serve non a dire ma a con–dire. Nell'idioma alimentare il sale è dunque come l'accento che deve cadere al punto giusto altrimenti non avremmo neanche la possibilità di comunicare. E al posto dei significati delle parole avremmo una babele di suoni indistinti.

Necessario al gusto, come il linguaggio lo è alla comunicazione umana, il sale diviene simbolo stesso di umanità, come nelle parole di Matteo. E in quelle del grande poeta libanese Gibran che diceva: «Dev'esserci qualcosa di insolitamente sacro nel sale se è contenuto nelle nostre lacrime e nel mare!».

Se insomma senza umanità l'uomo non è uomo, senza sale non c'è gusto. È proprio Brillat–Savarin a legare indissolubilmente i due termini affermando che l'uomo è l'unico buongustaio della natura.

Il sale che consente di condire i cibi, cioè di dar loro sapore, ma anche di conservarli strappandoli alla naturalità nuda e cruda dell'alimentazione animale, accompagna il cammino dell'umanità sin dai suoi albori. Salare è dunque un elemento di civiltà, addirittura uno strumento dell'organizzazione sociale. Al punto che la paga dei lavoratori si chiama ancora oggi «salario», poiché in origine indicava la razione di sale dovuta quale compenso per il compito svolto. Una splendida illustrazione della funzione civilizzatrice del sale è in quelle memorabili sequenze cinematografiche de La terra trema di Luchino Visconti, in cui la salatura delle acciughe, ovvero la trasformazione della natura, diventa, per i diseredati del Sud, il motore del riscatto comunitario.

Anche l'ordine cosmologico e quello religioso in moltissime culture sono decisamente «salati». Nel mondo mediterraneo è diffusissima l'associazione tra i numi tutelari della famiglia e della comunità – ad esempio i Lari e i Penati dei romani – e il sale inteso quale simbolo di unione delle differenze. E nelle società dei mari del Sud il sale era considerato l'incarnazione degli antenati e veniva usato come oggetto di scambio cerimoniale per celebrare la fine di una guerra, per solennizzare una vittoria schiacciante sui nemici.

Questa centralità simbolica del sale si riflette anche nell'estetizzazione degli oggetti destinati a contenerlo. Senza scomodare la straordinaria saliera di Benvenuto Cellini, basti pensare che nelle tribù germaniche seminomadi l'unico oggetto decorato era proprio il contenitore del salgemma.

Proprio perché ricco di funzioni e di significati, il sale è da sempre oggetto di credenze, di usi e di superstizioni. Ancor oggi è considerato jettatorio il gesto di porgere direttamente la saliera nelle mani di un commensale. Forse in ricordo del sale con cui si cospargevano i corpi delle vittime per renderle pure prima del sacrificio. O della preghiera a labbra salate, un rito segreto per chiedere alla Madonna di far morire una persona nemica. O ancora dell'uso di spargere il sale sulle rovine delle città distrutte – come fece Scipione l'Emiliano dopo aver raso al suolo Cartagine – per significare inimicizia mortale e senza quartiere.

Porta male versare il sale, ma al contrario gettato dietro le spalle serve per scacciare le streghe e allontanare i malefici di origine magica. Nell'Italia contadina spesso si ricorreva al minerale per impedire alle streghe di varcare la soglia di casa durante la notte. Le perfide megere si sarebbero messe a contare i grani di sale perdendo la cognizione del tempo fino a farsi sorprendere dal sopraggiungere dell'alba. Sembra, inoltre, che bastasse pronunciare la parola sale per sciogliere d'incanto i sabba delle streghe. E che durante questi raduni diabolici si consumassero vere e proprie orge alimentari, oltre che sessuali, ma che il cibo fosse desolatamente insipido. Al punto che cucinare senza sale poteva costare ad una donna distratta l'accusa di stregoneria.

E nella medicina popolare, come in quella antica, molti farmaci e rimedi dovevano esser salati nella giusta dose: assunti, cioè, cum grano salis. L'espressione, che ormai adoperiamo solo metaforicamente, ha in origine un significato letterale. La usa Plinio nella Storia naturale a proposito di un antidoto che agisce solo se preso insieme a un grano di sale. Le parole del grande naturalista latino illustrano come meglio non si potrebbe le proprietà fisiche ma anche quelle simboliche «di quel sale che a pensarci ti vien voglia di pensare». Parola di Rino Gaetano.

Il sale dolce

Senza zucchero la crisi diventa più amara. Il maltempo in Brasile e in India fa schizzare i prezzi alle stelle. E l'Occidente, già alle prese con molte restrizioni, rischia di ritrovarsi a

corto di dolcezza. Perché lo zucchero non è un semplice dolcificante. È uno dei simboli del nostro benessere che, sin dall'inizio del dominio coloniale, si misura in sacchi di zucchero.

In realtà la storia del re dei dolcificanti è un diagramma del rapporto tra l'Europa e il resto del mondo.

Partita dai mari del Sud la canna da zucchero arriva da noi attraverso l'India e il Medio Oriente. Già nel 327 avanti Cristo uno dei generali di Alessandro Magno racconta che in India si trova un giunco che stilla dolcezza senza bisogno di api.

Sono gli arabi a introdurre nel Mediterraneo quello che chiamano il sale dolce. Un nome che fotografa il destino di questa sostanza jolly.

Proprio come il sale, lo zucchero non è un cibo, ma serve ad arricchire il cibo. Non è un sapore, quanto un rivelatore di sapori. Un prezioso surplus voluttuario per un'alimentazione fatta di sfizi.

Non a caso la grande pasticceria nasce proprio quando le navi provenienti dalle Americhe scaricano nei porti del vecchio mondo tonnellate di zucchero e di cacao, frutto della fatica degli schiavi africani che vengono deportati in quelle terre per incrementare la produzione dei cosiddetti beni coloniali.

Col tempo il dolce, una volta appannaggio dei signori o riservato ai rari momenti di festa, si spalma sull'intero calendario della modernità, fino ad invadere il quotidiano della società dei consumi. Sintomo di una ricchezza sempre più diffusa. Nel bene e nel male. Se fino al dopoguerra un bicchiere d'acqua e zucchero era una panacea per tutti i mali, oggi la zolletta viene criminalizzata dai diabetologi. Da medicina a veleno. Tutto in pochi anni. E adesso arriva anche il rincaro a dare il colpo di grazia alla dolce vita.

La ricotta

Dai Ciclopi a Iside, con la partecipazione straordinaria di san Francesco. È decisamente mitica l'origine della ricotta. Una leccornia così alla portata di tutti che perfino un energumeno come Polifemo riusciva a produrne di buonissima. Tanto da indurre in tentazione Ulisse e i compagni che fanno una deviazione apposta per assaggiarla. Con le conseguenze ben note. In realtà è proprio il nono libro dell'Odissea a fare dell'antro del figlio di Nettuno il primo caseificio della storia, con tanto di affinamento in grotta. Descrivendo i vasi traboccanti di siero e i cestini di vimini colmi dello squisito latticino. Proprio come quelli raffigurati su uno sfondo azzurro cielo a Pompei nel maestoso tempio di Iside, la generosa dea della nutrizione. La grande madre del latte.

E se il ruspante Polifemo fa della ricotta un mito, il normalizzatore Catone la trasforma in un dop. Il celebre Marco Porzio stende di fatto il primo disciplinare lattiero–caseario dell'Occidente. Seguito a ruota dall'immancabile Columella che in fatto di agroalimentare è il più classico dei classici.

Se nel Mediterraneo antico la ricotta è di casa, durante il lungo autunno del Medioevo sembra scomparire. Almeno così raccontano altri miti, questa volta cristiani. Come quello che attribuisce a san Francesco il merito di averla reintrodotta insegnando ai pastori laziali a produrre quello che è ancora oggi il fiore all'occhiello della gastronomia della regione. Vera o falsa la leggenda è ben pensata. Perché trasforma il poverello di Assisi in un testimonial d'eccezione per il più poverello fra i derivati del latte.

Simbolo di povertà, mai disgiunta però dal candore della grazia, l'umile latticino diventa

vangelo nelle mani di Pasolini che in quel piccolo capolavoro che è La ricotta ne fa la parabola dell'egoismo dei ricchi. Facendo cortocircuitare nella figura del protagonista Stracci – condannato al ruolo di comparsa a Cinecittà come nella vita reale – la passione di Cristo e il calvario di un povero cristo.

Sempre associata alla leggerezza e alla bontà, al sapore e all'amore. L'arte trasforma le proprietà organolettiche della ricotta in qualità del carattere, facendone l'emblema di una bellezza senza trucchi, di una genuinità d'animo e di aspetto. Come nella fiaba dei Tre cedri di Giambattista Basile in cui il principe, che non ha mai conosciuto l'amore, si mette in cammino per trovare una donna candida come la ricotta e rossa come una fragola. Non a caso la gastronomia questo gioco di colori lo ha sempre prediletto. Mescolando il bianco della ricotta al rubino delle ciliegie, allo smeraldo del cedro candito, al profondo rosso del pomodoro, al total black del cacao, all'opale dell'uvetta di Smirne, al biondo oro del grano e dell'arancio. Così nascono capolavori come la cassata alla siciliana e i cannelloni alla sorrentina, la torta ricotta e pere amalfitana e i tortelli alle erbette emiliani. Fino alla pastiera napoletana che sa di primavera.

La ricotta insomma è l'irrinunciabile sfondo bianco su cui sventola il tricolore da mangiare.

L'oca loquace

Se l'aquila è rapace l'oca è loquace. E pure pugnace e perspicace. Come le indimenticabili oche del Campidoglio che salvarono Roma dai galli mentre tentavano nottetempo di scalare le mura dell'urbe. E ci sarebbero riusciti se le indomite pennute sacre a Giunone non si fossero messe a strillare come ossesse. Così arrivarono i nostri e la città eterna fu salva. Gli antenati di Asterix se ne tornarono oltralpe con le pive nel sacco, giurando però di vendicarsi sulle perfide spione. E poiché la vendetta è un piatto da consumare freddo, inventarono il foie gras. Totem della gastronomia francese, che costringe da secoli i gloriosi palmipedi a farsi un fegato così.

Anche se l'ingrasso forzato delle oche, che peraltro non dispiaceva nemmeno ai quiriti, risale, secondo alcuni, addirittura agli antichi egizi. Che al bipede piumato attribuivano virtù magiche e profetiche. Facendone il simbolo della preveggenza. Una prerogativa che mette tutti d'accordo. Nelle tradizioni popolari europee erano le oche a preavvertire gli incendi, a starnazzare contro ladri e faine, a trovare i tesori nascosti. E ad accompagnare i trapassati nell'Aldilà. Tanto è vero che si usava mangiarle arrosto il 29 settembre, festa di san Michele, l'arcangelo che soppesa le anime sulla bilancia nel giorno del giudizio. Mentre nei paesi dell'Asia centrale gli sciamani, quando vanno in trance per raggiungere il mondo degli spiriti, imitano il verso dell'oca. E immaginano di volare sulle sue ali. Proprio come il piccolo Nils Holgersson, nato dalla fantasia della scrittrice svedese Selma Lagerlöf, la prima donna a vincere il Nobel per la letteratura nel 1907. Il bambino sorvola la Scandinavia a cavallo di un'oca, tutt'altro che giuliva, che gli dà un'autentica lezione a volo d'uccello sull'ingiustizia sociale e sul rispetto per la natura. Una lettura edificante che folgora il piccolo Konrad Lorenz e gli ispira la sua celebre e appassionata dedizione per le ochine. Che dal canto loro lo ricambiano con gli interessi trattandolo come la loro mamma. E facendogli vincere il Nobel per l'etologia nel 1973. In quell'occasione il grande scienziato disse papale papale che avrebbe voluto nascere oca.

Animale intelligente, a dispetto delle malelingue. Ma anche simbolo di un gusto democratico, alla portata di tutti, tanto da dare il nome a istituzioni sociali come i Goose

Clubs ottocenteschi. Associazioni operaie che nel mondo anglosassone gestivano i risparmi della working class per garantire ad ogni famiglia un'oca grassa durante le feste comandate. Una previdenza gastronomica, un autentico welfare della gola. Per continuare a sognare un mondo migliore, che non lascia gli ultimi a becco asciutto.

Forse per questo le oche sono diventate un simbolo della pedagogia fiabesca. Dai racconti di Mamma Oca di Perrault alle favole dei fratelli Grimm. Fino al disneyano Paperino, irascibile signore di quella mecca dei palmipedi che è Paperopoli. Abitata da un'umanità con piume e becco in cui ciascuno di noi non può fare a meno di riconoscere un altro se stesso. Con la pelle d'oca.

La fava pitagorica

Cenerentola dei legumi e spauracchio dei filosofi. Cibo da poveri e allucinogeno da pensatori. È la fava, la madre di tutte le leguminose, antidoto millenario contro la fame nera dei diseredati di ogni tempo.

Dalle polente di fave che ingannavano lo stomaco degli schiavi mediorientali, alla puls fabata dei romani, fino al macco dei nostri contadini, le fave sono da sempre l'umile ma indispensabile carburante proteico della storia degli ultimi. Ammaccate, pestate, schiacciate proprio come coloro che le mangiavano. Primi fra tutti i nostri antenati del neolitico che, migliaia d'anni prima di Cristo, facendo di necessità virtù, scoprirono che i legumi sostituivano degnamente la carne.

Molti popoli del Mediterraneo, romani compresi, ci facevano anche il pane. E si deliziavano con gourmandises come le fave novelle grigliate con tutta la buccia che Apicio consigliava di condire con il mitico garum. Né più né meno di quello che fanno adesso certi grandi chef che dal baccello della fava estraggono le sette bontà esaltandone la verde rusticità con la sofisticata profondità della colatura di alici. Il classico colpo di bacchetta magica che trasforma Cenerentola in una regina. E la fava in una favola. Una leccornia da far resuscitare i morti. E non solo in senso metaforico. Perché le fave, grazie al loro vitalissimo humus, erano considerate simbolo di ciò che va e viene dalla terra, dell'eterno ritorno della vegetazione. Connesse con il mondo degli inferi, ma anche con quello della natura che rifiorisce a primavera.

Nei riti stagionali, infatti, venivano offerte fave a divinità dei passaggi come l'enigmatica Tacita Muta che nella Roma antica rappresentava il ciclo annuale della semina e del raccolto, l'alternanza tra la vita e la morte.

Per le stesse ragioni Pitagora, il più nutrizionista dei filosofi e il più filosofo dei nutrizionisti, le vietava a sé e ai suoi discepoli. Lo stelo cavo della pianta, secondo l'inventore delle tabelline, avrebbe consentito alle anime dei defunti di risalire sulla terra nascondendosi nei baccelli. E forse è proprio per questo che ancora oggi nel Triveneto e in altre regioni italiane il 2 novembre si mangiano dei dolcetti di pasta di mandorla chiamati favette dei morti. Oltretutto i pitagorici erano convinti che le fave provocassero incubi e visioni. Sulle loro proprietà allucinogene, oltre che afrodisiache, era pronto a scommettere anche il sobrio Platone, sempre un po' diffidente verso ogni forma di sballo.

Un cibo tanto simbolico da diventare un talismano, per gli antichi come per i moderni. È dal Medioevo che in Francia si prepara un dolce che ha una fava nascosta nell'impasto. Fortunato chi la trova. Così vuole la tradizione. Ancora oggi i ricettari francesi raccomandano di far scivolare furtivamente nella torta una fava secca. C'è chi invece la

preferisce di finissima porcellana. E Stohrer, il più antico pasticciere di Parigi, nella sua superba bordelaise ce la mette addirittura d'oro. Naturalmente solo su richiesta e per i clienti vip. Quelli abituati a prendere due piccioni con una fava.

Mangiare la foglia

Ci sono tre cose che una donna è capace di fare con niente: un cappello, una scenata e un'insalata. La frase è di Mark Twain e, a prescindere dal suo indubbio maschilismo, coglie la vera essenza dell'insalata. Che non è nulla di preciso. È fatta di niente e ci si può mettere di tutto. Il suo segreto è la differenza, la mescolanza dei contrari, l'unione che fa la forza. Verdura e carni, frutta e formaggi, cereali e crostacei, sottaceti e semi, pesci e legumi, riso e uova, pasta e ortaggi, spezie e aromi, fiori e funghi. Eppure questa misticanza universale è il contrario di un melting pot. Non fonde, né confonde. Gli elementi e i nutrienti, i sapori e gli odori, gli umori e i colori restano quelli che sono. E proprio per questo l'insieme funziona. Quella delle insalate è, infatti, un'armonia dolce che grazie all'olio tiene gli ingredienti uniti e separati. Congiunti e disgiunti, purché unti. E salati. Perché senza sale non si dà insalata, almeno etimologicamente parlando.

Anche se i latini la chiamavano acetaria per via dell'aceto. E proclamavano che per fare una mista degna di questo nome bisognasse essere avari con l'aceto, prodighi con l'olio, saggi col sale e giudiziosi col pepe. Purché a mescolare il tutto fosse un pazzo autentico.

Apicio, l'Artusi del Pretorio, consigliava di insaporire le erbe con qualche goccia di miele e di garum, l'antenato hard della colatura di alici. Insomma i fondamentali insalateschi sono l'essenza del Mediterraneo. Caprese e greca, nizzarda e tabboulé. Un rimbalzo di gusti e di civiltà tra una sponda e l'altra del mare nostrum. Dove addirittura si identificavano certi germogli teneri e freschi con le divinità della natura in fiore. È il caso della lattuga, sacra ad Adone, figlio della profumatissima Mirra ed effeminato amante di Venere. Che il mito vuole morto in un'alcova di lattuga. Tutto il contrario del letto di rucola dove oggi si cerca di far resuscitare gamberetti spompati e bresaole rattrappite. In realtà il lattughino, proprio a causa della sua freschezza innocente, che oggi fa la gioia dei salutisti, aveva fama di erba frigida. In grado di donare la pace dei sensi all'amante più focoso. Pitagora, che di vegetarianesimo se ne intendeva, lo chiamava pianta degli eunuchi. Per contrastarne la casta freddezza con un antidoto sfizioso lo si sposava ad erbe calienti. Come la magica pimpinella. E come il dragoncello, originario della Siberia, patria di sciamani e veggenti, cui venivano attribuite addirittura proprietà ipnotiche e visionarie. Non a caso certe insalatine ci fanno stravedere. Soprattutto quando la semplicità nuda e cruda delle erbe si sublima nella complessità delle insalate gourmandes. Che mettono nel piatto il meglio della natura e della cultura, il crudo e il cotto, la linfa primigenia delle verdure e la ricercatezza delle delicatessen. Sempre all'insegna della sostenibile leggerezza dell'extravergine. Tutto il contrario di quei dressing angloamericani che si abbattono sulle foglie come napalm. Giustamente surclassati dalla dieta dei popoli mediterranei che da almeno tremila anni hanno mangiato la foglia.

Saltare dalla minestra

Non è la solita minestra. E non fa venire la voglia di saltare dalla finestra. Perché la crema, potage o vellutata che dir si voglia, è la versione radical chic della zuppa. Niente oggetti non meglio identificati che galleggiano solitari nel brodo come boe alla deriva. Banditi i colori tristanzuoli che l'appetito non lo stuzzicano, ma semmai lo fanno passare. Eliminati

i trucchetti per tenere al caldo lo stomaco con ingredienti low cost. Cassata persino la proverbiale tattica della minestra riscaldata, che inclina al pessimismo e alla depressione. E croce nera anche sull'allungamento del brodo per fare uscire due porzioni dove ce n'è a malapena una. La micragna dietro i fornelli, infatti, in una società dell'opulenza come la nostra non è più ammessa. E così le dense creme di piselli, di patate, di cipolle, di zucca, di carote, di porri, di crostacei, di legumi, di pesci, di molluschi, di verdure dell'orto spopolano. Il primo al cucchiaio ha conquistato insomma l'alta ristorazione. Facendo da controcanto salato al dolce al cucchiaio.

Una regressione del gusto che torna a farsi infantile secondo i detrattori. Al punto che un grande critico gastronomico italiano ha liquidato questa moda come un mangiare da anoressici sdentati. Una svolta salutare e anti–pastaiola secondo altri. Ricette che trasformano la leggerezza in una leva per sollevare il gusto proiettandolo nell'iperuranio del piacere. Un'alchimia che permette agli asparagi di distillare la loro essenza vegetale come in un giardino delle Esperidi. E ai funghi di liberare il loro profumo inebriante che sa di bosco subito dopo la pioggia. Quando l'umidore muschiato della terra fa cortocircuito con i picchi olfattivi dei sempreverdi. E sembra di stare in una fiaba dei fratelli Grimm.

D'altra parte il termine «crema» è il plurale della parola latina cremum, che in origine si riferiva esclusivamente alla parte più nobile del latte. Mentre oggi si intende l'assemblaggio del fior fiore di più ingredienti concentrati allo stato fusionale.

Le creme danno il massimo anche quando ad essere addensati sono gli umori dei crostacei, polpa e carapace compresi, e le nostre papille prendono il largo per un trip sensoriale. Risparmiandosi la lotta all'ultimo schizzo con chele e antenne di astici e aragoste per estrarre una particola infinitesimale misurabile solo in nanometri. Risultato, un piatto prêt–à-manger. Dove il lavoro è tutto già fatto dalla mano invisibile della brigata di cucina. Un esercito di bianchi certosini votati al dio palato che praticano il loro ora et labora per la cosiddetta crème della società. Il popolo eletto che vive di eccellenze e di essenze. Di emozioni e di emulsioni.

L'insolita zuppa

Chi lo chiama caciucco, chi brodetto, chi bouillabaisse. Ma in fondo è sempre la solita zuppa. Sempre la stessa, eppure ogni volta diversa. Il suo bello, infatti, è proprio l'infinito assortimento dei pesci che si buttano in pentola. Ma questa fantasmagorica varietà, prima di diventare un imperativo gastronomico, è stata per secoli il semplice risultato del caso e dell'indigenza.

Piatto poverissimo per antonomasia, preparato con i residui della pesca, quando i lavoratori del mare dopo aver venduto tutto il vendibile raschiavano letteralmente il fondo della rete per prepararsi da mangiare. Pescetti minuscoli, spinosi, umili, senza appeal, abbandonati al loro destino. Dei trovatelli del mare. Orfani destinati a fare la parte degli scorfani. Trasformandosi da brutti anatroccoli delle acque in pesci simbolo del brodetto mediterraneo. Insieme a tracine, gronghi, murene, gallinelle, polpi, seppie, triglie, palombi, sogliolette, merluzzi e pochi frutti di mare di risulta buttati lì alla rinfusa.

Così l'armata brancaleone diventa una squadra vincente. Proprio come nell'Adelchi manzoniano, il volgo disperso solleva la testa scalando le vette della gastronomia. È il solito contrappasso delle cucine povere capaci, per secolare attitudine, di fare di necessità virtù e di trasformare la scarsità in bontà. Ma anche la mescolanza in eccellenza.

I nomi stessi di molte celebri zuppe di pesce hanno a che fare proprio con i benefici della contaminazione. Primo fra tutti il caciucco livornese che deriverebbe, secondo alcuni, dal turco kuçuc che significa piccolo. Secondo altri, invece, dallo spagnolo cachuco, un succedaneo del dentice che viene usato per indicare il pesce in generale. Come dire l'intero popolo del mare. E secondo altri ancora, all'origine di tutto ci sarebbe l'arabo shakshukli, che vuol dire mescolanza. Un gran misto di mare dunque ad immagine e somiglianza di quel gran misto di terra che è Livorno, antico crogiolo di umanità, di culture e di gastronomie: ebraiche, levantine, africane, anglosassoni. Ancora una volta la cucina si conferma specchio fedele della società, lente di ingrandimento dei suoi caratteri profondi, quelli che non sono scritti a chiare lettere nei libri di storia, ma che gli intenditori e gli animi sensibili sanno leggere.

E la celebre zarzuela, versione spagnola della zuppa di pesce, prende il nome da un genere teatrale barocco che mescola tragedia, commedia, musica e danza. Come dire che ce n'è per tutti i gusti. Esattamente come nella caldeirara portoghese che sposa pesce e patate, come molte cucine di colorito occitanico, non ultima quella genovese.

Mirabili guazzabugli. Come la bouillabaisse provenzale, regina delle soupes de poisson, che un guazzabuglio lo è letteralmente, essendo un misto di pesci, aromi ed erbe che bollono e sguazzano insieme. Un brodo primordiale del sapore, un mare di bontà dove ci è dolce naufragare. Aggrappati ad un crostino.

Sfoglie al vento

Leggero come una foglia al vento. Plissettato come un origami. Impalpabile come un velo. È il francesissimo vol–au-vent, la sfoglia volante più famosa al mondo. Emblema di una raffinatezza versatile, moderna, pratica, monoporzione. Un finger food che sa di alta cucina.

Non c'è nulla che questo cilindro magico non possa contenere. Crostacei, carni, pesci, verdure, formaggi. Esaltati da sontuose maionesi, intriganti béarnais, familiari salse rosa e tonnate. Che fanno un irresistibile cortocircuito tra la fragranza della sfoglia, che oppone una debole e sensualissima resistenza, e la suadente cremosità del ripieno che conquista il nostro lato infantile. Assicurando il successo di feste e rinfreschi, di cocktail e buffet, di catering e happy hour. Una vera coincidenza degli opposti, un esempio di mangiare democratico ed esclusivo, elegante e sportivo. Che ne ha fatto sin dall'Ottocento un piatto principe dei déjeuner sur l'herbe di una nuova borghesia in cerca di prelibatezze dal sapore antico, ma dalla praticità moderna.

È proprio nel secolo dell'ascesa borghese che il vol–au-vent viene inventato da un genio della gastronomia come Antonin Carême. Artefice di un'autentica rivoluzione dei fornelli che traduce nel linguaggio dei sapori le spinte politiche, economiche e sociali prodotte dalla Rivoluzione del 1789. Un vento di rinnovamento che spazza via dalle tavole l'ingombrante pesantezza del mangiare aristocratico, mal digerito da un ceto troppo dinamico per rassegnarsi a morire di gotta a trentacinque anni. Alleggerire il cibo per allungare la vita. È questa la scommessa di Carême. Che diventa il prototipo dei cookistar di oggi, capace non solo di cucinare, ma anche di imporre un nuovo modello alimentare al passo con i tempi. «Magro è bello» era il suo motto. Che segna la fine della tavola ancien régime.

Non a caso l'inventore del vol–au-vent, del petit four, della millefoglie, delle meringhe, lavorò anche al servizio di Talleyrand, eminenza grigia della rivoluzione che, proprio nel

corso dei suoi fastosi ricevimenti, costruiva quelle trame politiche che hanno contribuito a fare la nuova Europa. Con la complicità dei manicaretti sfornati da monsieur Antonin. Si può dire che se il grande statista è stato il rinnovatore della diplomazia, il suo chef è stato l'ambasciatore della gastronomia. Abilissimo nel prendere per la gola gli avversari e convertirli alla sua causa incantandoli con un vol–au-vent di quaglie e tartufi. Fratello gemello delle cailles en sarcophage di cui Karen Blixen fa l'indimenticabile coup de coeur del pranzo di Babette.

Sapore di San Pietroburgo

È un piatto che ha il sapore di San Pietroburgo. La incarna nel senso pieno della parola. E non potrebbe essere altrimenti trattandosi di un filetto. Il beef Stroganoff infatti nasce dalla fantasia e dalla raffinatezza dell'antica capitale zarista. La città più astratta e premeditata del mondo secondo Dostoevskij. E questo piatto, emblema della gastronomia russa, ha la stessa premeditazione autoriale e la medesima mescolanza di umori orientali e occidentali della metropoli baltica che Pietro il Grande concepì come frontiera fra mondi. Una finestra dalla quale il grande orso russo annusava il profumo dell'Europa.

Questa ricetta ha una storia cittadina, di palazzo e di signori. Tutto il contrario di quel che di solito si intende per cibo tradizionale, quello povero, che nasce dalla fantasia anonima del popolo contadino, dalla fame atavica di mugiki abituati a fare di necessità virtù. Accontentandosi di ingredienti poveri pur di ingannare lo stomaco. Invece il filetto alla Stroganoff ha quattro quarti di nobiltà e nessuno anteriore. La carne è della più tenera. Tagliata minuziosamente, rosolata dolcemente in padella assieme a delicate rondelle di cipolla. Il tutto avvolto da una nuvola di panna acida soffice come la neve. E ulteriormente ingentilito da qualche fungo per chi ama la versione più moderna di questo piatto. Un equilibrio armonico fra gli ingredienti, una morbidezza da violinisti di San Pietroburgo, famosi per il loro tocco glissé che strappa alle corde dello strumento vibrazioni inattese. Lo raccontava sempre il grande Nathan Milstein che, con snobistica civetteria, attribuiva però questo virtuosismo estenuato a Jascha Heifetz e non a se stesso.

Insomma lo Stroganoff è un assolo aristocratico da grandi chef. Niente a che vedere con la sapidità schietta, quasi barbarica, della bistecca alla tartara. Che evoca invece la polvere della steppa sollevata dai cavalli.

Non a caso il piatto, inventato nell'Ottocento, prende il nome da una delle più nobili famiglie della Santa Russia. I conti Stroganoff, in origine grandi mercanti di pellicce e sale del Baltico, mecenati raffinati che fecero del loro palazzo sulla prospettiva Nevskij un foyer di cultura e di arte. Compresa quella culinaria. Capace di inventare un accostamento di ingredienti e un contrappunto di cotture che trova la quadratura del cerchio fra la grande gastronomia francese e i picchi gustativi della tradizione orientale. Risultato un piatto da notti bianche. Che ha la grazia innaturale di Nijnsky. Un mangiare in punta di forchetta per una città in punta di piedi.

E che il nome Stroganoff sia legato in un modo o nell'altro ai piaceri della carne lo testimonia anche il filosofo libertario Charles Fourier che nel suo Il nuovo mondo amoroso racconta delle avventure saffiche di una seduttiva madame Stroganoff. Come dire che a tavola o fra le lenzuola si tratta pur sempre di good vibrations.

Melting pot

Se il melting pot è in salsa partenopea, l'integrazione culturale è assicurata. Nei popolarissimi Quartieri Spagnoli di Napoli due fruttivendoli filantropi danno lezioni di cucina napoletana. Ma anche di vita.

Tina e Angelo Scognamiglio hanno organizzato un corso gratuito nel retrobottega del loro negozio al civico 93 di vico Lungo Gelso, a due passi dal glorioso Teatro Nuovo, dove Rossini e Donizetti dirigevano le loro opere. E adesso è una punta di diamante della sperimentazione teatrale internazionale.

Gli immigrati rispondono alla grande. Si infilano il grembiule e imparano i segreti di una delle più celebri gastronomie d'Europa. Spaghetti al pomodorino del piennolo, parmigiana di melanzane, peperoni gratinati, gattò di patate, pasta e zucca, sartù di riso, struffoli. E il mitico ragù, quello che sobbolle per otto ore prima di diventare dello stesso colore della lava del Vesuvio.

Ogni martedì un piatto. Alle 15,30, puntuale come un orologio svizzero, la signora Tina si affaccia sulla porta del negozio e chiama a raccolta la sua classe multietnica. E i guaglioni accorrono. Cingalesi, senegalesi, russi, cinesi, magrebini, indiani. Maschi e femmine, senza discriminazioni di genere. E per incanto i confini spariscono mentre sapori, voci e persone si mescolano. Così mettersi tutti insieme intorno a un tavolo a fare una pastiera diventa un esperimento di convivenza conviviale, una politica sociale all'insegna della dolcezza.

«Davanti a un piatto di pasta siamo tutti uguali». È la civilissima filosofia dei signori Scognamiglio, sempre attenti a non trasformare le differenze di tradizione e di religione in fattori di divisione. Spesso, senza neanche dirlo, «elimino dalle ricette il maiale perché i musulmani non lo gradiscono». Dice la signora Tina con un understatement da grande diplomatica, dove affiora tutto il savoir faire, al tempo stesso signorile e inclusivo, di un'antica città–mondo come Napoli.

Come in tutte le grandi scuole i corsi si concludono a giugno con i saggi finali. Ma questa volta entrano in gioco le cucine del mondo. Dai ravioli cinesi al riso al curry fresco cingalese, dal borsch slavo allo yassa senegalese. Ogni gruppo organizza la sua serata, con i protagonisti in costume tradizionale. Così ricette, tecniche di cottura, tagli, trucchi vengono confrontati, scambiati, mescolati. E a poco a poco etnie, confessioni, mentalità lasciano il posto alla familiarità. È sempre a tavola che nascono le nuove comunità. Forse perché il cibo, che è il più universale dei linguaggi umani, unisce gli individui laddove le ideologie, le culture, le nazionalità li dividono.

Vedere per credere? Adesso è possibile grazie a un bellissimo video realizzato dalle allieve del master in Comunicazione multimediale dell'enogastronomia dell'Università Suor Orsola Benincasa di Napoli e del Gambero Rosso, caricato su YouTube alla voce Lezioni di vita e di cucina nella Napoli dei Quartieri Spagnoli. E per chi voglia saperne di più c'è anche il sito della coppia più bella del mondo gastronomico partenopeo (www.angeloscognamiglio.it). Che la fusion ce l'ha scritta nel dna. Perché multiculturali si nasce. E i napoletani modestamente lo nacquero. Parola di Totò.

Il provolone di Abu Tabela

Provolone del monaco, Carmasciano e conciato romano, tre grandi formaggi, tre grandi territori, penisola sorrentina, Irpinia, Alto Casertano. E soprattutto tre storie. Queste grandi eccellenze casearie campane vengono da molto lontano, a farla breve dai tempi dei

romani anche se, a dar retta alla mitologia mediterranea, i Ciclopi ancora prima producevano formaggi talmente buoni da spingere Ulisse al furto e all'abigeato, con le conseguenze che sappiamo.

In realtà furono i quiriti, esperti di allevamento e pastorizia, a portare in tutto l'impero le tecniche di caseificazione.

Se al raffinato saper fare dei romani si aggiunge la bontà del latte locale si capisce il perché la fama di queste eccellenze ha attraversato i millenni.

Delle straordinarie qualità della materia prima dei monti Lattari parla già Galeno, luminare della medicina antica, che nel II secolo d.C. enumera le piante medicinali di cui si nutrono le mucche agerolesi. Furono i monaci benedettini dopo la caduta dell'impero ad ereditare e perfezionare le tecniche casearie elaborate dai romani, nonché a diffonderle su tutto il territorio sorrentino. Da questa secolare tradizione orale nasce il provolone del monaco, ottenuto dal latte della vacca agerolese nata da un incrocio di razze pregiate – tra cui la Bruna alpina e la Pezzata olandese – voluto dai Borboni intorno alla metà dell'Ottocento. La particolare salubrità del territorio e la quiete isolata dei luoghi fissarono al meglio i caratteri genetici delle razze. Questo spiega, secondo molti scienziati, l'altissima qualità del latte. Che viene usato, oltre che per il provolone, anche per produrre gli altri vanti agerolesi e del comprensorio dei monti Lattari: i leggendari fior di latte e la provola affumicata.

Probabilmente alla selezione di questi mitici bovini da latte non è estraneo un cittadino di Agerola che fa ancora parlare di sé sugli altopiani dell'Afghanistan. In quei luoghi tanto belli e tormentati, infatti, quando le mamme pashtun vogliono spaventare i bambini li minacciano di chiamare Abu Tabela, un po' come il nostro uomo nero. Che nostro lo è davvero perché quel nome, in apparenza così esotico, non è che la corruzione di Avitabile. Un cognome tipicamente campano. Era un ufficiale borbonico nativo di Agerola che, nel 1827, fu nominato comandante dell'esercito del maharaja Ranjit Singh, sovrano del Punjab. E, poco dopo, assunse la carica di governatore di Peshawar con il compito di riportare ordine nella città, divenuta ingovernabile, ostaggio di manigoldi e di violenti di ogni sorta. Il volitivo generale ci si mise d'impegno e in men che non si dica riportò la tranquillità nelle strade della città. La sua parola d'ordine era tolleranza zero, tanto che fece impalare migliaia di poco di buono convincendo i superstiti a tornare sulla retta via. Avitabile divenne celebre in tutto il Commonwealth, una sorta di Lawrence d'Arabia del lontano Oriente e dopo una carriera gloriosa tornò ad Agerola carico di denaro e di tutte le onorificenze possibili e immaginabili, tra cui il prestigioso Ordine della Giarrettiera concessogli da Sua Maestà britannica, la Legione d'Onore e altre ancora. Tra gli altri privilegi che gli vennero accordati in cambio dei servigi resi alla corona vi fu quello di portare con sé alcuni esemplari di razze bovine pregiatissime, come la jersey, che era assolutamente proibito esportare. Le mucche albioniche si ambientarono perfettamente sui monti Lattari e diedero un contributo decisivo al miglioramento del latte locale.

Resta da chiarire l'origine del nome provolone del monaco. Con ogni probabilità la denominazione, che ora è un dop, deriva dal fatto che i casari della penisola sorrentina quando all'alba si recavano a Napoli si coprivano con dei sacchi di tela marrone che li facevano assomigliare a dei monaci.

Anche il Carmasciano affonda le sue radici nella mitologia italica e precisamente nel culto della terribile dea Mefite, venerata nella valle dell'Ansanto tra i paesi di Guardia dei Lombardi e Rocca San Felice. Dal nome della divinità deriva il nostro termine mefitico che

indica un luogo che manda un forte odore. In realtà il tempio della dea si trovava accanto ad una sorgente di acqua solforosa che emanava potentissime esalazioni di zolfo che col favore del vento possono diventare pericolosissime. Proprio così Virgilio descrive la valle dell'Ansanto in un suggestivo passo dell'Eneide: un luogo infernale circondato di fumi soprannaturali che escono dalle bocche di Dite, spiracula Ditis li chiama il grande poeta latino. Ma in realtà questo inferno diventa un paradiso per i formaggi perché sono proprio i vapori che impregnano le erbe della zona a dare al latte quel sapore inconfondibile che costituisce la delizia di ogni gourmet. Crosta rigata e tendente al marrone, pasta dura e compatta, il Carmasciano è un pecorino profumatissimo, granuloso e friabile, dal gusto sulfureo ed elegantemente piccante che non teme il confronto con i più grandi formaggi francesi.

Anche nel nome di questo grande prodotto c'è lo zampino dei romani. Anzi di uno solo, Camarsius, il veterano cui sarebbe stato assegnato questo terroir dopo la terza guerra sannitica. E come era nelle consuetudini fondiarie romane la località prendeva il nome dell'assegnatario. Così questa straordinaria tipicità era in origine il formaggio di Camarsius. Come dire lo stracchino di nonna Angelina.

E last but not least il conciato romano, il formaggio più antico d'Italia, prodotto nella zona del Medio Volturno, tra Treglia e Castel di Sasso nell'antica area trebulana. E secondo alcuni sarebbe proprio il mitico trebulanus di cui parlano molti autori latini, da Trebula baleniensis, antico nome della cittadina casertana di Pontelatone. Nonostante si chiami romano, il conciato è a tutti gli effetti un prodotto sannita e le sue tecniche di produzione e di conservazione sono tipiche delle antichissime culture agropastorali della zona. Le forme di caprino vengono infatti conciate, ovvero lavate con acqua di cottura della pasta fatta in casa, le celebri lagane di cui parla già Apicio nel De re coquinaria, e poi coperte con una miscela di olio, aceto, timo selvatico e peperoncino. Al termine di questa conciatura le forme vengono conservate in vasi di terracotta nei quali possono restare ad affinarsi anche per molti anni. Molto vicino al formaggio di fossa del Montefeltro ma secondo alcuni ancor più fine ed elegante, il conciato romano conquista i palati più esigenti grazie al suo irresistibile profumo di muffa nobile e al suo sapore potente e intenso. Raffinato e primordiale al tempo stesso. Un ossimoro gastronomico da far impallidire qualunque Cantal o Reblochon.

Quel che resta delle alici

Delle alici, come del maiale, non si butta via niente. Almeno in Campania.

Da tempi immemorabili tra Salerno e Amalfi il modo più diffuso ed economico per conservare le alici per l'inverno, quando il mare è meno pescoso e il cattivo tempo rende la pesca un mestiere più pericoloso del solito, è quello di metterle sotto sale. La tradizione vuole che i piccoli pesci azzurri, preferibilmente della stessa taglia, vengano prima decapitati ed eviscerati, per essere poi disposti l'uno sull'altro intervallati da manciate di sale dentro un vaso di terracotta smaltata fatto a forma di cilindro o in una piccola botte di legno (terzigno). Alla sommità un cerchio di legno (tompagno) appesantito da un sasso preme dolcemente, ma inesorabilmente, la colonna di pesci che dopo quattro o cinque mesi progressivamente cedono il loro liquido interno disidratandosi. Questo sugo ambrato sale in superficie o viene spillato dal fondo del contenitore. È un vero e proprio concentrato di sapidità che ha l'aspetto di un umore oleoso, dal colore rubino e dona alle pietanze uno spiccato sapore di mare. Colatura di alici è il nome di questa gourmandise

che è un doppio concentrato di umori marini, una spremitura a freddo dello spirito di Poseidone. Questo straordinario eccipiente culinario discende dal mitico garum dei romani. Nel mondo antico ne esistevano molte varianti, alcune poverissime come quella fatta solo con le interiora di pesci di scarto lasciate a macerare in pieno sole fino a che cedevano un liquido acre dal sapore prepotente, chiamato forse non a caso liquamen. Apicio considera la colatura un ingrediente di base della cucina dell'epoca – l'equivalente di quello che per noi oggi sono l'olio e il burro – talmente noto e comune che non sente il bisogno di darne la ricetta. Anche se nel De re coquinaria condisce con il garum ben venti piatti.

Ma allora come ora il segreto di una buona colatura sta soprattutto nella quantità di sale impiegato. Se è troppo diventa immangiabile, se è troppo poco in men che non si dica la sublime macerazione si trasforma in una maleodorante putrefazione. E il sapore di mare precipita rovinosamente verso quello del pesce marcio.

Plinio il Vecchio nella Storia naturale fa l'elogio del garum, vellutato come un rosolio. Costoso quanto un profumo. Digestivo come un distillato di anice. E come se non bastasse dotato di proprietà antisettiche da fare invidia ai più potenti disinfettanti dell'industria farmaceutica contemporanea.

Nella Magna Grecia era la Campania a detenere il primato assoluto nella produzione di colatura di pesce. Si commerciavano anche un tipo di garum senza condimenti, il gari flos, e uno fatto solo con pesce a scaglie chiamato garum castimoniale.

Per capire la centralità di questo liquido rossastro nella cucina imperiale basta rileggerne la lunga e gloriosa storia, che chiama in causa i migliori spiriti dell'arte culinaria e dell'economia domestica del tempo. Come Gargilio Marziale che nel primo secolo dell'era cristiana nel De Medicina et de virtute herbarum ne dà una variante decisamente aromatizzata: «si usino pesci grassi come sardine e sgombri cui vanno aggiunte, in porzione di un terzo, interiora di pesci vari. Bisogna avere a disposizione una vasca ben impeciata, della capacità di una trentina di litri. Sul fondo della stessa vasca fare un alto strato di erbe aromatiche disseccate e dal sapore forte come aneto, coriandolo, finocchio, sedano, menta, pepe, zafferano, origano. Su questo fondo disporre le interiora e i pesci piccoli interi, mentre quelli più grossi vanno tagliati a pezzetti. Sopra si stende uno strato di sale alto due dita. Ripetere gli strati fino all'orlo del recipiente. Lasciare riposare al sole per sette giorni. Per altri venti giorni mescolare frequentemente. Alla fine si ottiene un liquido denso e profumato che si conserva a lungo».

E nelle Geoponiche, un testo di agronomia bizantino che viene fatto risalire al X secolo, si trovano alcune ricette per farsi il garum in casa. Eccone una. Si comincia col disporre in un recipiente interiora di pesce e piccoli pesci con sale. Lasciare al sole mescolando frequentemente. Filtrare grossolanamente la salamoia in una cesta, dove rimane l'allec, la parte solida. Qualcuno aggiunge anche due misure di vino vecchio per ogni misura di pesce. Se si ha bisogno di usare subito il garum senza tenerlo tanto al sole, si cuoce rapidamente mettendo il pesce in acqua di mare concentrata in modo che un uovo vi galleggi, fino a quando non sia ridotto abbastanza di volume, quindi si cola.

E la divina salamoia non poteva mancare nel banchetto più famoso di tutti i tempi, la cena di Trimalcione descritta nel Satyricon, che non a caso Petronio ambienta in Campania, in una greca urbs che potrebbe essere Pozzuoli o Napoli. Dove i commensali, estasiati dalla prodigalità del loro ospite e dallo sfarzo della lunga teoria di piatti serviti, rimangono sbigottiti davanti a una sontuosa lepre in salmì accerchiata da fiumi di colatura e pepe, nei

quali tanti piccoli pesci sembrano nuotare come se fossero vivi.

Eppure anche allora c'era chi non sapeva apprezzare, come il severo Seneca, che chiamava questo elisir del gusto «poltiglia di pesci guasti» e in una lettera all'amico Lucilio si chiede preoccupato se mangiandola non si corra il rischio che quel piccante marciume bruci le budella.

Evidentemente non era a conoscenza delle accurate osservazioni mediche e farmaceutiche fatte da Dioscoride di Anazarbo che sosteneva invece che «ogni tipo di garos che si ricava dai pesci, dalle conserve salate, arresta le ulcere, guarisce dai morsi dei cani, si usa anche come impacco per i malati di sciatica, e lo si usa anche nella dissenteria». Una panacea per tutti i mali insomma.

E una gloria per i produttori di Cetara, la splendida cittadina affacciata sulle acque della divina costiera amalfitana, che vanta il primato per la produzione artigianale di colatura. Ogni famiglia del posto tradizionalmente produceva il suo garum con le alici più pregiate, quelle piccole e compatte che nel mese di maggio popolano questo tratto di costa. L'essenza di mare fatta in casa, travasata in piccolissime bottiglie di vetro o ceramica, era un classico regalo di Natale per i cetaresi. Un condimento da usare in dosi infinitesimali su pesci, verdure e pasta. La sua insuperabile versatilità è il segreto di una irresistibile ascesa che ha permesso a questo straordinario esaltatore di sapore di scalare le vette più alte della gastronomia mondiale. I grandi chef distillano gocce di questo elisir per aggiungere alle loro creazioni il segreto di un saper fare che viene da lontano. L'essenza antica della cucina mediterranea.

Il coniglio dei fenici

Un recente sondaggio condotto oltralpe ha rivelato che il quaranta per cento dei francesi crede che avere con sé una zampa di coniglio porti fortuna. Se è così gli ischitani dovrebbero essere fortunatissimi. Non solo perché vivono in un paradiso terrestre come l'isola verde, ma anche perché a Ischia ci sono più conigli che abitanti. Accanto all'isola delle terme e del turismo, si è conservato uno straordinario habitat tradizionale che risale ai tempi dei fenici. Un fantasmagorico traforo di tane, tunnel, buche, fosse, cantine, palmenti, nicchie, antri, caverne, grotte, cave, cavità, covi, ricoveri, boschi, ombre, canali, vasche, pozzi, lune, crateri, soffioni, conche, anfratti, fratte, forre, calanchi, vene, falde, polle. E case di tufo incastonate nella roccia.

Il giornalista e gourmet Ciro Cenatiempo, profondo conoscitore dei segreti ischitani, sostiene che Ischia sia un'isola cunicolare e nascosta, perforata come un groviera da vulcani, uomini e animali che, da millenni, condividono il dominio di questo ambiente insulare poroso, effervescente ed unico. Il risultato è una similitudine ecologica, quasi un'affinità etologica, tra uomini ed abitatori selvatici. Tra umani e conigli innanzitutto.

Entrambi attori di una lunga storia di escavazioni, profonde e lineari, contorte e misteriose, chilometriche ed epiche. Da una parte le montagne traforate dagli ischitani per crearvi abitazioni rupestri e rurali, rifugi per nascondersi dai pirati, luoghi e depositi appartati dove il vino viene lasciato a fermentare o ad affinarsi al fresco sbrecciato di migliaia di cellai che confinano con l'Ade.

Dall'altra parte grotte traforate dai conigli, per sfuggire ai predatori, per amare e moltiplicarsi, nei loro infiniti labirinti erotici. Trafori e conigli travolti dal loro stesso vitalismo che gli eventi recenti hanno trasformato in tipicità locali con il recupero e la

valorizzazione dell'antica tecnica di allevamento semiselvatico in «fossa». Una grossa buca profonda, anche più di tre metri, ricavata nel terrapieno dove quotidianamente viene versata erba fresca, paglia. Ma anche foglie di fico, di vite e fave. Gli animali mangiano a piacimento. E poi si rifugiano nel labirinto di cunicoli. Ma un bel giorno la fossa si trasforma nella loro prigione. Gli allevatori, infatti, calano una tavoletta di legno che chiude il varco, proprio come la pietra di Polifemo sbarra l'uscita della grotta a Ulisse e compagni. È così che i conigli vengono catturati. Con una tecnica ecocompatibile, simile a quella degli antichi navigatori mediterranei. Che fidando sulla proverbiale capacità riproduttiva dei conigli, li lasciavano allo stato brado nelle «fosse» per avere sempre una riserva di cibo tra un'andata e ritorno dalle Colonne d'Ercole.

Le fosse–conigliere d'Ischia sono più di un migliaio, in gran parte recuperate negli ultimi anni grazie ad una nuova sensibilità per le sorti delle biodiversità, per la difesa del territorio, per la conservazione dei suoi beni culturali enogastronomici. In questo modo la riscoperta di una eccellenza alimentare innesca un circuito virtuoso tra sviluppo sostenibile e tutela delle tradizioni isolane.

Da questa spinta è nata la «Confraternita del coniglio dell'isola d'Ischia», fondata nell'ottobre del 2001 da un gruppo di appassionati difensori di questa terra guidati da Riccardo D'Ambra. Che hanno fatto dell'antica ricetta del coniglio all'ischitana, cotto con pomodoro, aglio e olio extravergine di oliva, uno dei monumenti culinari dell'isola. Grazie anche al contributo offerto da chef stellati come Nino Di Costanzo che sono diventati ambasciatori della gastronomia italiana nel mondo e che hanno fatto di un ristorante come «Il Mosaico» un laboratorio del gusto, una straordinaria officina dei sensi.

Ma anche prima che arrivassero le stelle a premiarla la cucina domestica dell'isola non ha mai abiurato al culto del coniglio. Protagonista assoluto della gastronomia, ma anche della memoria locale. Immortalato da un'aneddotica che, alimentata dal tempo, ha dato vita ad una straordinaria tradizione orale. Che codifica preparazioni, usi, consumi e distribuzione di questo cibo totemico. Nessun particolare è lasciato al caso, perfino le regole della spartizione delle carni si tramandano di padre in figlio. «La testa del coniglio va a chi fa le parti, il capofamiglia. E così anche il collo. Una coscia grande va al padre, l'altra alla madre. Le cosce piccole vanno ai bambini. I pezzi di mezzo ai figli grandi. Il pezzo vicino alle cosce posteriori alla bambina piccola. Il torace e i polmoni vanno ai bambini. Il fegato e gli 'mbrugliatielli, intestini avvolti nel prezzemolo, a tutti. Il capofamiglia ha diritto di inzuppare il pane nel tegame e di dare al figlio più piccolo il muscolo tenero della coscia grande». Il corpo dell'animale riflette così le divisioni e le gerarchie del corpo collettivo. Trasformando il senso della famiglia in gusto della comunità.

Affetti speciali

Nel 2009, nella postfazione a Si fa presto a dire cotto, dicevo che i veri autori dei libri scritti da un antropologo sono i suoi informatori, coloro che gli hanno svelato l'essenziale delle conoscenze di cui egli rimane essenzialmente un tramite, un testimone, un medium. Esperienze, viaggi, incontri, persone, sapori sono infatti la vera materia prima di un libro, assaggi di vita e di mondo che la scrittura tenta di far entrare in una pagina. In fondo il cosiddetto autore cerca sempre una difficile quadratura del cerchio tra sensazione e narrazione, impressione e descrizione, passione e comunicazione. Nel caso di un cookbook poi il cortocircuito tra passioni e ragioni è di default e la sinestesia è dietro l'angolo, poiché si tratta di dar sapore alle parole.

Come diceva Roland Barthes, scrivere di cibo significa esplorare quel sapere che non ha mai dimenticato il sapore. Ridare al gusto il suo posto di guida dei sensi, ma anche di paradigma del senso, arbitro di eleganza e metafora di sapienza. Ma di una sapienza che non ha separato cultura da coltura. Che è ancora, o di nuovo, capace di ascoltare la poesia del grano che cresce, del vino che fermenta, dell'olio che condisce. Che non a caso sono la materia sorgiva di ogni canto, il midollo poetico di ogni filosofia, la sostanza vitale di ogni religione.

Ecco perché se è il sottoscritto ad aver messo nero su bianco, i veri primattori di questo libro, gli ispiratori di queste pagine, sono tutte le persone che con stile e grazia hanno contribuito a costruire e, in molti casi a ricostruire dalle fondamenta, un patrimonio di gusto e di conoscenza, di competenze e di saper fare che costituiscono il nucleo incandescente di una nuova galassia sensibile. Ecco perché un posto particolare di questo itinerario attraverso il senso del gusto spetta a Carlo Petrini, visionario guru di Slow Food, che del cibo ha fatto una politica e un'etica, oltre che la promessa di uno sviluppo sostenibile. Perché fondato su una convivialità con la natura e con le specie in nome dei diritti della Terra Madre. Quando nel 2003 l'Università Suor Orsola Benincasa di Napoli gli conferì la laurea honoris causa in Conservazione dei Beni Culturali e a me toccò l'onore di pronunciare la laudatio, motivai la scelta dicendo che «tra i meriti di Carlo Petrini c'è quello di avere additato nelle culture e nelle identità alimentari un bene culturale e al tempo stesso una risorsa economica. La trama viva di una storia che non fa eccezione tra centri e periferie del villaggio globale». Oggi, alla luce di quel che è diventato Slow Food, tutto questo suona ancora più vero.

E accanto a Carlin, eroe della globalizzazione virtuosa, con la sua invincibile armada – Valter Musso, Silvio Barbero, Pier Carlo Grimaldi, Paola Nano, Cinzia Scaffidi, Roberto Burdese – metterei Livia e Alfonso Iaccarino, le prime stelle internazionali dell'Italian food. Che con i figli Ernesto e Mario hanno fatto di Sant'Agata sui Due Golfi un santuario della gastronomia planetaria. La vera acropoli della dieta mediterranea, intesa come equilibrio aureo tra gli elementi della vita. Non è un caso che la tenuta «Le Peracciole», da cui nascono i capolavori del «Don Alfonso» – un Klingsor–Garten biologico –, sia vertiginosamente sospesa sull'azzurro delle acque che stanno tra Punta della Campanella e Capri. Un tratto di mare consacrato alle divinità femminili, ad Atena e alle sirene, che l'hanno custodito miracolosamente. Con l'aiuto decisivo di Livia e Alfonso.

Seguono gli insostituibili Annamaria Cuomo e Salvatore Di Gennaro che con Colomba Savarese hanno trasformato «La Tradizione» di Vico Equense in un delizioso microcosmo della cultura alimentare planetaria, un habitat dove si riproducono biodiversità e si affina umanità.

E Gennaro Esposito che dall'alto della «Torre del Saracino» di Seiano dispensa fantasie de bouche antiche e nuove, muovendosi nella tradizione con la grazia irriverente del vero talento. E il talento in quel triangolo d'oro della nuova gastronomia che è la penisola sorrentina si spreca. Provare per credere. Basta discendere la strada che da Massa Lubrense cala sinuosamente fino a Nerano e fermarsi da Tonino Mellino, signore e padrone dei «Quattropassi». Dove le linfe vitali di quella terra mitologica irrompono nel piatto con tutta la forza di un sapore antico, sorretto però da una tecnica cucinaria proiettata nel futuro. Pochi metri più in basso e si approda da Alfonso e Mariella Caputo, i due dioscuri della «Taverna del Capitano», lambita da un mare omerico dove l'eredità colta e popolare di una grande cucina rivive forse perché non si è mai interrotta.

La mia lista del cuore continua con Silvia Imparato, musa ispiratrice di un vino meditato e sapiente come il Montevetrano. E con gli ineguagliabili Catia e Mauro Uliassi, autentiche sirene della banchina di levante di Senigallia: dopo aver provato l'albanella di crostacei e gli spaghetti affumicati ai frutti di mare di Mauro non si è più gli stessi di prima. E ancora Massimo Bottura de «La Francescana» di Modena, il Damien Hirst del tortellino, l'Anish Kapoor della sfoglia, che ha riportato la cucina emiliana al rango internazionale che le compete. Il collodiano Fabio Picchi, genio colto e popolare del «Cibreo» di Firenze, indomabile mangiafuoco della cucina di tradizione. La focosa Ivia del «Vento di Focara» di Fiorenzuola di Pesaro che trasforma la rana pescatrice in principessa della tavola. Il segreto di tanta magia sta forse in quel riverbero bizantino dell'Adriatico che impreziosisce i cibi e illumina i volti. Come quello di Mauro Lorenzon, oste a tutto campo di Venezia che alla «Maschereta» mette in uno stesso piatto tutte le sponde del mare nostrum. Mentre Lillino Silibello a Ceglie Messapica sotto le volte candide del suo «Cibus» transustanzia l'ellenismo contadino della Puglia. La sua lasagna della Pentecoste, con la mollica fritta al posto della carne, è un saggio di gastronomia trascendentale. E che nessuno si muova dalla bianchissima Ceglie senza aver assaggiato il biscottino locale, la pasta di mandorla e le delizie di frutta che Pamela Filomeno – un turbine intelligente coi colori della sua terra negli occhi e nella mente – offre agli ospiti sulla terrazza del «Sant'Anna» di fronte al mare verde degli ulivi. E più in basso, nella nobilissima Tricase sulla costa del Salento, dove il tacco dello Stivale è stretto tra due mari, Ippazio Turco incanta gli ospiti del «Lemì» compiendo sui maccheroni di grano arso un'autentica macaría cucinaria. Che trasfigura in poesia il ricordo della povertà.

E andando su e giù per lo Stivale e non solo, si incontrano persone preziose come Nino Di Costanzo del «Mosaico» di Ischia, che volteggia tra i fuochi come un angelo di Chagall con la sapienza nella destra e la grazia nella sinistra. E come Antonio Dipino della «Caravella» di Amalfi che imbandisce a tavola i fasti della gloriosa repubblica marinara: sotto le volte dell'antico arsenale, la sobria raffinatezza dei sapori locali risuona di inebrianti echi arabo–normanni. Ma anche Salvatore e Carmela Varriale, che hanno fatto del glorioso «Rosiello» una strepitosa factory della gastronomia partenopea, dove gli orti e il mare di Posillipo, celebrati dalla canzone napoletana, forniscono una materia prima da inginocchiarsi. Enzo Coccia, patron de «La Notizia», il maestro della margherita, che di questo emblema alimentare glocal ha riscritto la genealogia mescolando scienza nuova e mano antica. Quella mano che guida i sacerdoti del fuoco di «Michele», nel ventre di Napoli, che continuano a strappare pizze sfrigolanti alle fauci del forno con aria assorta e con gesti immemorabili. Ma in Italia l'antico genio del gusto si annida spesso negli interstizi più impensati. Provare per credere. Basta uscire dall'A1, come fa spesso chi scrive, e fermarsi in posti come Caianello, a due passi da Capua, dove Campania, Lazio e Molise diventano una sola terra. Il cuore italico del Belpaese, che resiste a tutto. Tanto che in un posto dal nome improbabile come «Rambo 2» è possibile assaggiare una pizza al taglio con i pomodorini indimenticabile, che sembra uscita direttamente dalle mani di Fornax, l'antica dea dei forni.

Antichi e nuovi dèi. Come Alfonso Mattozzi de «L'Europeo», ispirato e ineguagliabile presidio della gloriosa cucina popolare partenopea. Lino Scarallo, chef e anima di «Palazzo Petrucci», aristocratico simbolo della Napoli antica in salsa postmoderna. Alan Al Geaam che ha fatto del «Nicolas Flamel», storica residenza parigina di rue de Montmorency, un incrocio fra sapori mediterranei e atlantici. E naturalmente i mai abbastanza esaltati Aimo e Nadia Moroni con la figlia Stefania. Nel loro «Luogo» Milano si rivela ancora come un'antica capitale del gusto, e del buon gusto. Gli spaghetti col cipollotto di Aimo sono

indescrivibili, almeno nel gastronomese imperante. Meriterebbero almeno la penna di Gianni Brera o di Mario Soldati. Mentre per l'onglet de boeuf con l'échalote «chez Denise», alla «Tour de Monthléry» di fronte a ciò che resta delle Halles e dell'atmosfera vieux Paris, ci vorrebbero le parole di Simenon. E poi Vittorio Fusari, grande inventore di alchimie di sapori oltre che nume tutelare, insieme alla moglie Patrizia, della «Dispensa Pani e Vini» in Franciacorta. Ciccio Sultano che ha trasformato il suo «Duomo» di Ragusa Ibla in una barocchissima stanza delle meraviglie, sospesa tra le discese ardite nella memoria gattopardesca e le risalite sperimentali. Dalla Sicilia all'Abruzzo il passo non è breve, ma Peppino e Angela Tinari lo meritano. A «Villa Maiella», il loro ristorante di Guardiagrele, si assaggia il miglior baccalà con i legumi e i loro chitarrini sono paragonabili a un quartetto di Mozart, inimitabili nella loro semplicità. Come l'acquasale che Annamaria Maffoncelli offre agli ospiti della «Lampara», sulla spiaggia cilentana di Acciaroli. Grano, olio, pomodoro. Un mangiare da triade mediterranea nel paesaggio più ellenico d'Italia. Come i pesci appena pescati che Ernestina Amendola cucina alle «Taverne» di Pollica avvolti in una foglia di limone. E i timballi signorili di antica memoria, ma di contemporanea leggerezza, che Luisa Cavaliere allieva del grande Ducasse riserva agli amici, oltre che agli ospiti del «Giacaranda», la sua maison de charme di Castellabate, il bellissimo paese di Benvenuti al Sud. Maida Mercuri, la sirena dei Navigli, che al «Pont de Ferr» di Milano fa naufragare cuori e palati. Nello Champagne. Giuseppe Aversa del «Buco» di Sorrento e la sua cucina esperidea, brezze ed ebbrezze, che trasforma i profumi della penisola degli aranci in sapori aromatici inventando sinestesie da tavola. Come la strepitosa pasta e piselli con palamito in crosta e polvere di mirtilli. Lizzie Daniele e Mario Martinetti, con le loro figlie Angelica e Valeria inventori di quella gioiosa fucina di piaceri gastronomici mediterranei che è «Gattò» di Milano. E Pierfranco, Luigi e Pio Ferrara del «Faro di Capo d'Orso» di Maiori. Una cucina mediterranea con vista sui confini del paradiso. I loro spaghettoni con limone, vongole, seppie grigliate e favette sono una primavera dei sensi. E, last but not least, Michela Fabbro del «Rosen Bar» di Gorizia, che sprigiona tra i fuochi tutto il genio multietnico di quella terra di confine che sta fra il Carso e l'Isonzo.

Un ringraziamento particolare all'amico generoso Giovanni Assante, formidabile missionario del gusto, che ha fatto della pasta e dei pomodori, glorie del mangiare partenopeo, una religione civile. E soprattutto mi ha insegnato che il retrogusto del cibo è fatto di lavoro e conoscenza.

Grazie anche a tutti gli amici che amorevolmente mi nutrono da sempre mostrandomi con leggerezza il mondo in un piatto. È una cucina a base di affetti speciali. Come la parmigiana di Aida, la pastiera di Annabella, gli spaghetti con i peperoncini di Yori e Gigi Niola, la pasta e fagioli di Carminuccio Pizza, il soufflé di formaggio di Carlo Arslan che non si può dimenticare, come il vino ospitale di Florigi, il rombo in crosta di Margherita Musello e Lucio D'Alessandro, gli spaghetti con le alici di Pasquale Scialò, la frittata di maccheroni di Valeria Pezza, le apollinee Saint–Jacques di Alessandra Moro, i tagliolini di Rosanna Sales, la Gricia di tonno di Mauro Piccoli, il foie gras avec son pain brioché di Licia Granello, i metafisici sformati di Antonio Gnoli, i poetici spaghetti maremmani di Franco Marcoaldi e l'insalata alla Bloomsbury di Nadia Fusini, profumata di agudeza, le rituali arancine di riso di Hilary e Francesco Merlo, il baccalà accomodato e il ragù «sommese» di Gianni Pizza, le fragranti e festose pittule salentine di Gaia. Con la marchigianissima pizza di formaggio di Giorgio Silvestrelli.

E, dulcis in fundo, i peperoni alla midsummer's night di Elisabetta. Che sono entrati nella

mia gastronomia poetica per la via più breve, avrebbe detto Virginia Woolf. Come un amante salta dalla finestra in una stanza.

A tutti gli altri che non è possibile ricordare per non trasformare queste pagine in un catalogo di Leporello chiedo ancora perdono.

Bibliografia essenziale

Andrews, G., Slow Food. Una storia fra politica e piacere, Bologna, Il Mulino, 2010.

Aron, J.-P., La Francia a tavola dall'Ottocento alla Belle époque, Torino, Einaudi, 1978.

Artusi, P., La scienza in cucina e l'arte di mangiar bene, Torino, Einaudi, 2007.

Barthes, R., Miti d'oggi, Torino, Einaudi, 1974.

— L'impero dei segni, Torino, Einaudi, 1978.

— Per una psicosociologia dell'alimentazione contemporanea, in Id., Scritti. Società, testo, comunicazione, Torino, Einaudi, 1998, pp. 33-34.

Brillat–Savarin, A., Fisiologia del gusto, Palermo, Sellerio, 1998.

Camporesi, P., Il pane selvaggio, Bologna, Il Mulino, 1980.

— Il paese della fame, Bologna, Il Mulino, 1985.

— La terra e la luna, Milano, Garzanti, 1995.

Capatti, A. e Montanari, M., La cucina italiana. Storia di una cultura, Roma–Bari, Laterza, 2000.

Cavalcanti, I., Cucina teorico–pratica del cavalier Ippolito Cavalcanti, duca di Buonvicino, Milano, Guido Tommasi Editore, 2002.

— Cucina casareccia (1839), rist. Milano, Polifilo, 2005.

Châtelet, N., Il corpo a corpo culinario, Milano, Feltrinelli, 1980.

Corrado, V., Il cuoco galante (1793), rist. anast. Napoli, Grimaldi & C. Editori, 2007.

Deonna, W. e Renard, M., Croyances et superstitions de Table dans la Rome antique, Bruxelles, Latomus, 1961.

Detienne, M., I giardini di Adone, Milano, Raffaello Cortina, 2009.

Detienne, M. e Vernant, J.-P., La cucina del sacrificio in terra greca, Torino, Bollati Boringhieri, 1982.

Douglas, M., Purezza e pericolo. Un'analisi dei concetti di contaminazione e tabù, Bologna, Il Mulino, 1993.

— Questioni di gusto, Bologna, Il Mulino, 1999.

Fabre–Vassas, C., La bête singulière. Les juifs, les chrétiens et le cochon, Paris, Gallimard, 1994.

Fernández–Armesto, F., Storia del cibo, Milano, Bruno Mondadori, 2010.

Frazer, J.G., Il ramo d'oro, Torino, Bollati Boringhieri, 1991.

Freedman, P., Il gusto delle spezie nel Medioevo, Bologna, Il Mulino, 2009.

Giallombardo, F., La tavola l'altare la strada. Scenari del cibo in Sicilia, Palermo, Sellerio,

2003.

Gilman, S.L., La strana storia dell'obesità, Bologna, Il Mulino, 2011.

Goody, J., Cibo e amore. Storia culturale dell'Oriente e dell'Occidente, Milano, Raffaello Cortina, 2012.

Granello, L., Mai fragole a dicembre, Milano, Mondadori, 2007.

— Il gusto delle donne, Milano, Rizzoli, 2012.

Harris, M., Buono da mangiare, Torino, Einaudi, 2006.

Keys, A. e Keys, M., Mangiar bene e stare bene (con la dieta mediterranea), Padova, Piccin, 1962.

Lévi–Strauss, C., Il pensiero selvaggio, Milano, Il Saggiatore, 1964.

— Il totemismo oggi, Milano, Feltrinelli, 1964.

— Il crudo e il cotto, Milano, Il Saggiatore, 1966.

— Le triangle culinaire, in «L'Arc», 1968, pp. 51-68.

— Le origini delle buone maniere a tavola (1968), Milano, Il Saggiatore, 2010.

Malatesta, S., Il Napoletano che domò gli Afghani, Vicenza, Neri Pozza, 2007.

Montanari, M., Convivio. Storia e cultura dei piaceri della tavola dall'Antichità al Medioevo, Roma–Bari, Laterza, 1989.

— Nuovo convivio. Storia e cultura dei piaceri della tavola nell'età moderna, Roma–Bari, Laterza, 1991.

— Convivio oggi. Storia e cultura dei piaceri della tavola nell'età contemporanea, Roma–Bari, Laterza, 1992.

— La fame e l'abbondanza. Storia dell'alimentazione in Europa, Roma–Bari, Laterza, 1993.

— Il cibo come cultura, Roma–Bari, Laterza, 2005.

— L'identità italiana in cucina, Roma–Bari, Laterza, 2010.

Niola, M., Il corpo ardente, in P. Scarpi (a cura di), Tra maghe, santi e maiali, Milano, Gallone, 1998.

— Il presepe, Napoli, l'ancora del mediterraneo, 2005.

— I santi patroni, Bologna, Il Mulino, 2007.

— Si fa presto a dire cotto. Un antropologo in cucina, Bologna, Il Mulino, 2009.

Niola, M. e Moro, E., Il libro delle superstizioni, Napoli, l'ancora del mediterraneo, 2010.

Pagano, A., Dictionary of Italian Gastronomy, Roma, Placet, 2011.

Petrini, C., Buono, pulito e giusto. Principi di nuova gastronomia, Torino, Einaudi, 2005.

— Terra madre. Come non farci mangiare dal cibo, Firenze, Giunti, 2010.

Scarpi, P., Il senso del cibo. Mondo antico e riflessi contemporanei, Palermo, Sellerio, 2007.

Schivelbusch, W., Storia dei generi voluttuari, Milano, Bruno Mondadori, 1999.

Sereni, E., I Napoletani da «Mangiafoglie» a «Mangiamaccheroni». Note di storia dell'alimentazione nel Mezzogiorno, Lecce, Argo, 1998.

Serventi, S. e Sabban, F., La pasta. Storia e cultura di un cibo universale, Roma–Bari, Laterza, 2000.

Sole, G., Il tabù delle fave. Pitagora e la ricerca del limite, Soveria Mannelli, Rubbettino, 2004.

Standage, T., Una storia commestibile dell'umanità, Torino, Codice Edizioni, 2010.

Tambiah, S.J., Tabù alimentari e schemi di classificazione degli animali, in Id., Rituali e cultura, Bologna, Il Mulino, 1995, pp. 195-250.

Teti, V., Il colore del cibo. Geografia, mito e realtà dell'alimentazione mediterranea, Roma, Meltemi, 1999.

Toaff, A., Mangiare alla giudia, Bologna, Il Mulino, 2011.

Vigarello, G., Les metamorphoses du gras. Une histoire de l'obésité, Paris, Seuil, 2010.